

# Süden



Das Urlaubsmagazin  
für Baden-Württemberg

## Entspannter Süden

Mystische Orte im Murgtal,  
am Belchen und Kandel

## Auszeit auf der Alb

Wanderung auf dem  
Besinnungsweg

## Natürlich erholen

Sole, Heilwasser, gutes  
Klima: Gesundheitsurlaub  
in Bad Dürkheim



WIR  
SIND  
SÜDEN.

BADEN-  
WÜRTTEMBERG

**Zeit nur für sich**

Der Besinnungsweg auf der  
Ehinger Alb will Wanderern  
neue Impulse geben



## Herzlich willkommen

In einer Welt, die sich immer schneller dreht und vernetzt, bekommen Entschleunigung und Ruhe eine ganz neue Wertschätzung – auch und gerade in den Ferien. Deshalb widmet sich dieses Magazin den entspannenden Seiten des Urlaubslandes Baden-Württemberg, den leisen Sensationen abseits ausgetretener Pfade. Reisen in die Natur, Gesundheits-Auszeiten, Slow Food, regionale Produkte, pilgern, ausspannen und nachhaltig übernachten sind nur einige der Themen, um die es auf den folgenden Seiten geht. Wir wünschen viel Spaß beim Lesen und Planen!

20

**Die Spur der Steine**

Besuch bei den Giersteinen im Murgtal: von uralten Felsbrocken, Kraftorten mit Aura und rätselhaften Mythen

26

**Das Leben? Ein ruhiger Fluss**

Bei einer Schifffahrt auf dem Neckar bei Stuttgart ziehen Weinberge, Wald und Wiesen ganz gemächlich vorüber

52

**Zurück und in die Zukunft**

In der Nähe von Meßkirch entsteht eine Klosterstadt wie aus dem Mittelalter. Gebaut wird mit den Mitteln von einst

58

**Apfelanbau mit viel Liebe**

Herzliche Gastgeber und ein mildes Klima: zu Besuch auf dem Apfelhof der Familie Röhrenbach am Bodensee





- 04 Entspannt im Süden**  
Die Entdeckung der Langsamkeit im Urlaub
- 10 Nur mit der Ruhe**  
Urlaubsseiten: nachhaltig und genussvoll
- 24 Pilgerwege**  
Wandertouren mit Potenzial zur Horizonterweiterung
- 40 Wasser tut gut**  
Die schönsten Thermen auf der Schwäbischen Alb
- 50 Wellness vor der Haustür**  
Mit der Kraft der Elemente Energie tanken

- 56 In einer besseren Welt träumen**  
Nachhaltig übernachten: Diese Unterkünfte tun auch dem Gewissen gut
- 64 Der Fischer und seine Schafe**  
Slow Food aus Hohenlohe: Norbert Fischer macht noch in Handarbeit Schafskäse
- 68 Reifezeit**  
Was Zeit braucht, wird auch gut: Besondere Produkte aus dem Süden
- 70 Auszeit in der City**  
Grüne Oasen und entspannende Momente in neun Metropolen im Süden
- 74 Service**  
Adressen, Broschüren, Social Media



A woman with long brown hair, wearing a white sleeveless dress, is sitting in a light-colored hammock. The hammock is strung between two large, moss-covered tree trunks in a dense forest. The ground is covered in green moss and ferns. The background is filled with tall, thin trees, creating a serene and peaceful atmosphere. The lighting is soft, suggesting a quiet time of day like dawn or dusk.

WIR SIND SÜDEN

# ENTSPANNT IM SÜDEN

Wir haben mal Tempo rausgenommen  
und Urlaubsideen zusammengestellt, die  
Ruhe und Gelassenheit schenken



A hammock is strung between two trees in a lush, mossy forest. The hammock has a wooden frame and a light-colored fabric. The forest floor is covered in vibrant green moss, and the background is filled with tall, slender trees and dappled sunlight.

## Sehnsucht nach Stille

Endlich da, endlich loslassen:  
Wer im Alltag ein hohes  
Tempo bewältigt, der genießt  
im Urlaub einen gemächlicheren  
Zeittakt. Wellness-Urlaub mit  
natürlichen Heilmitteln,  
Ferien in idyllischen Dörfern,  
Genuss-Auszeiten bei regiona-  
len Produzenten, Pilgerwande-  
rungen oder eine Ballonfahrt –  
all das kann die Sehnsucht nach  
Ruhe und Authentizität stillen.  
Vieles davon fühlt sich fast so  
wohltuend an wie eine Siesta  
in der Hängematte – aber man  
erlebt deutlich mehr dabei. Und  
schöne Erinnerungen können  
ja auch jede Menge Energie  
schenken.



### **Der besondere Tipp**

#### CITTASLOW

So heißt ein Netzwerk  
lebenswerter Städte, die  
Langsamkeit wertschätzen.  
Im Süden sind schon Bad  
Schussenried, Bad Wimpfen,  
Schwetzingen, Überlingen  
und Waldkirch dabei.



## Alte Steine mit Geschichte

Der Belchen ist mit 1.414 Metern zwar nur der viert höchste Berg im Schwarzwald, aber er hat doch eine ganz besonders geheimnisvolle und ruhige Ausstrahlung. Bereits die Kelten schrieben ihm mystische Kräfte zu. In ihrer Sprache bezeichneten sie den markanten Berg bei Münstertal als „den Strahlenden“. Von dem glatten Buckel aus genießt man großartige Aussichten über den Schwarzwald und ins Rheintal. Und so schrieb der Dichter Johann Peter Hebel auch einmal: „Der Belchen ist die erste Station zwischen Himmel und Erde.“ Der Berg ist aber nur einer von mehreren geheimnisvollen Granitbrocken im Schwarzwald (Seite 20).



### **Der besondere Tipp**

#### **NATURSPIELPLATZ**

Auch der Kandel, der Hausberg von Waldkirch, gehört zu den eindrucksvollen Felsformationen im Süden, und er ist ein Freizeitparadies erster Güte: wandern, radeln, klettern, Gleitschirm fliegen – der Kandel ist einer für alle.



WIR SIND SÜDEN









## Himmel voller Blüten

Die Stämme sind knorrig und teilweise mit Moos bewachsen.

Aber das Blütenmeer im Schlossgarten Schwetzingen ist so anmutig, dass man dort im März oder April wie unter einem rosaroten Himmel spazieren geht. Ursprünglich war dieser Teil des Schlossgartens ein Nutzgarten, der der Versorgung des kurfürstlichen

Hofs Carl Theodors im 18. Jahrhundert diente. Die Japanischen Zierkirschen wurden in den 1960er-Jahren gepflanzt. An stillen Tagen kann man dort nun gut auf neue Gedanken kommen. Den heraufziehenden Frühling spüren. Die Natur genießen – lustwandeln im schönsten Sinne eben.



### **Der besondere Tipp**

#### WANN'S LOSGEHT

Wer wissen möchte, wann das flüchtige Naturspektakel seinen Höhepunkt erreicht, der schaut öfter auf die Website. Dort gibt's ein Blühbarometer: [www.schloss-schwetzingen.de](http://www.schloss-schwetzingen.de)



# Nur mit der Ruhe

Die größten Ereignisse sind nicht unsere lautesten, sondern unsere stillsten Stunden, stellte schon der Philosoph Friedrich Nietzsche fest. Hier kommen daher Tipps für stille, entspannte Auszeiten und Genüsse



## „NACHHALTIGES REISEZIEL BADEN-WÜRTTEMBERG“ Urlaub mit gutem Gewissen

Regionale Produkte essen, wenig CO2 bei der Anreise verbrauchen und vor Ort am liebsten nur mit dem Fahrrad fahren – Nachhaltigkeit wird für viele Urlauber immer wichtiger. Das Zertifikat „Nachhaltiges Reiseziel Baden-Württemberg“ hilft Gästen, Ferienzeile zu finden, die besonderen Wert auf Umweltschutz legen. Und es unterstützt die Tourismusregionen im Land dabei, sich nachhaltig zu entwickeln. Aktuell gehören zu den zertifizierten Destinationen die Kurorte Bad Herrenalb, Bad Mergentheim und Bad Dürreheim, die Tourismusgemeinschaften Hochschwarzwald und Nördlicher Schwarzwald sowie die Gemeinde Baiersbrunn. [www.tourismus-bw.de/natur](http://www.tourismus-bw.de/natur)

ERLEBNIS-GENUSS-ZENTRUM

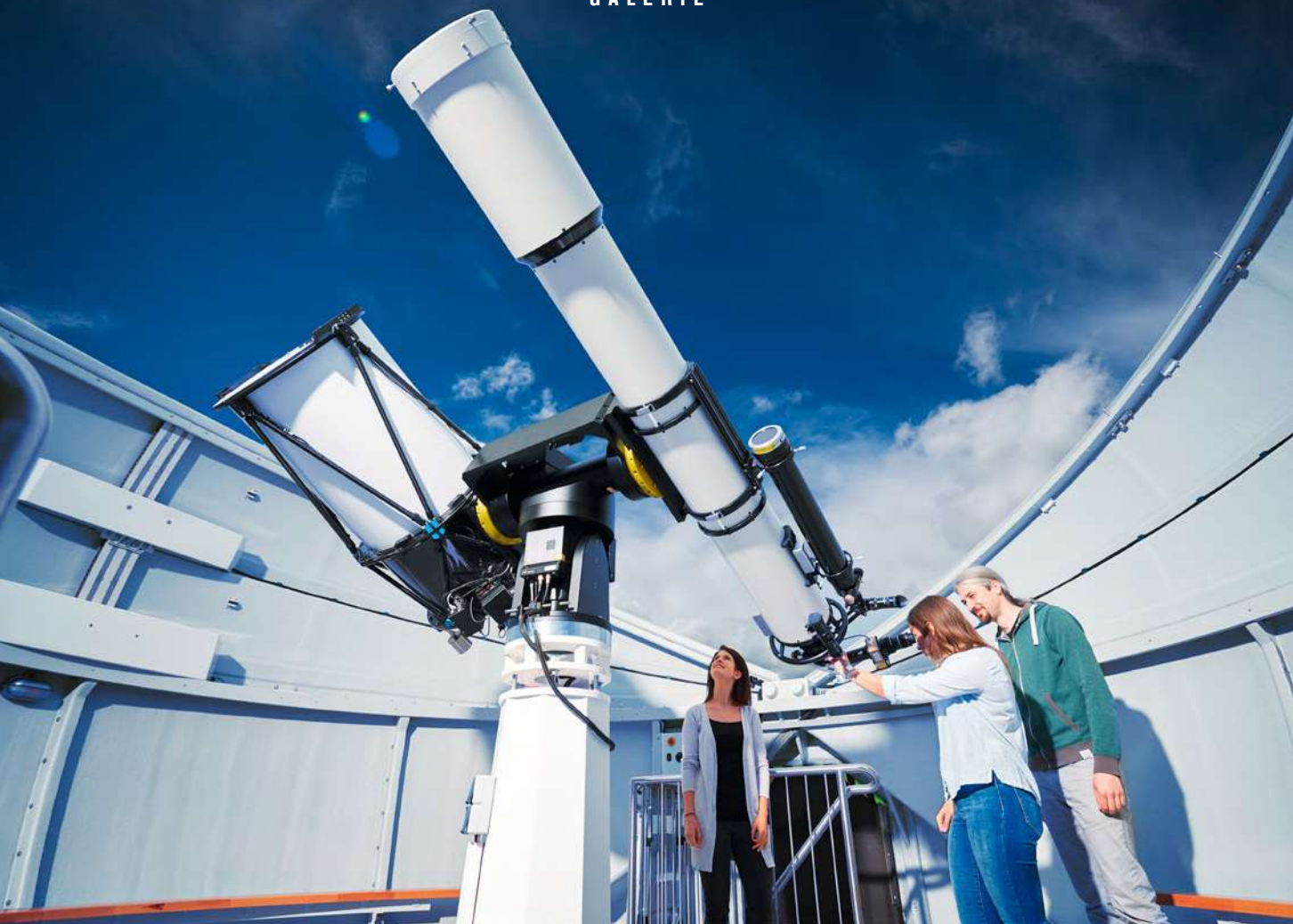
### Von wegen altes Gemüse

Wie entsteht eine Sorte? Warum sind manche vom Aussterben bedroht? Was ist eine Genbank, und warum sind alte Sorten wichtig für unsere Zukunft? Im Erlebnis-Genuss-Zentrum im Freilichtmuseum Beuren dreht sich alles um den Erhalt alter Obst-, Gemüse- und Getreidesorten. Das Herzstück des Erlebnis-Genuss-Zentrums sind die Gärten, Äcker und Streuobstwiesen,



auf denen auch Exemplare alter Haustierrassen leben. Zudem werden zahlreiche Veranstaltungen wie Verkostungen, Kochkurse und Gartenworkshops angeboten. [www.freilichtmuseum-beuren.de](http://www.freilichtmuseum-beuren.de)





## HINAUF ZU DEN STERNEN

Vor allem in Großstädten wird es immer schwerer, den Sternenhimmel in seiner ganzen Pracht zu bestaunen. In Baden-Württemberg gibt es aber glücklicherweise immer noch besonders viele Regionen, in denen man den Sternen ganz nah sein kann. Zum Beispiel fernab von störendem Licht im „Sternenpark Schwäbische Alb“ oder im Planetarium der Landeshauptstadt Stuttgart. Auf dem Dach der Experimenta in Heilbronn (Bild oben) thront außerdem eine der weltweit größten Teleskopkuppeln, die spektakuläre

Blicke in den Nachthimmel ermöglichen. Mittlerweile gibt es zudem Events rund um besondere Nächte: etwa im Berggasthof Höchsten in Oberschwaben. Dort findet im Sommer jeden Monat ein Vollmond-Büffet mit Lagerfeuer, Geschichten-erzählen und Sternegucken statt. Und wenn im Sommer Hunderte Sternschnuppen über den Himmel flitzen, gewähren beim Event „Komm und wünsch dir was!“ Astronomen auf dem Feldberg im Schwarzwald Gästen einen Blick durch ihre Teleskope.



Im Schwarzwald kann man die Milchstraße deutlich sehen





BADER ALM

## AB IN DEN HOLZZUBER

„Wir müssen von Zeit zu Zeit eine Rast einlegen und warten, bis unsere Seelen uns wieder eingeholt haben“ - so lautet eine indianische Weisheit. Auf der Bader Alm bei Freudenstadt im Schwarzwald kann man eine solche Pause vom Alltag auf ungewöhnliche Weise erleben. Die Gäste übernachten in urigen Zimmern und nehmen im Holzzuber draußen auf der kleinen Alm ein Kräuterbad. Dabei trägt man Badekleidung wie einst und genießt Peelings und Massagen. „Hier oben gibt es nichts, was stört“, erzählt Fritz Bader, der den Bauernhof aus dem 17. Jahrhundert vor Jahren spontan gekauft hat. „Man hört nur das Plätschern des Wassers, Vogelgezwitscher und den Wind in den Wipfeln.“ Das Baderlebnis selbst wird inszeniert: Die Crew trägt nostalgische Kleidung, ein Oldtimer holt die Gäste im Tal ab. [www.bergsdorf-bader-alm.de](http://www.bergsdorf-bader-alm.de)

EUROPA-PARK

## Wellness im Freizeitpark

Zugegeben: Beim Europa-Park in Rust denkt man nicht sofort an gemütliche Saunagänge oder erholsame Massagen, sondern eher an waghalsige Achterbahnfahrten. Doch in den sechs parkeigenen Erlebnishotels können Gäste nach einem aufregenden Tag gut entspannen. Unzählige Saunen, Dampfbäder, Ruhebereiche, Außenpools und Solarien sorgen für ein Maximum an Erholung. Neu: der 1.000 Quadratmeter große Ruhe- und Saunabereich „Hyggedal“ oberhalb des Restaurants „Lumålunda“ in der Wasserwelt Rulantica.

[www.europapark.de](http://www.europapark.de)



NEUE GÄSTEKARTE ALBCARD

## Tolle Erlebnisse inklusive

Thermen und Bäder, Schlösser, Burgen und Klöster, Museen, Kanufahrten und Höhlentouren: Mit der neuen AlbCard können Urlauber auf der Schwäbischen Alb all das kostenfrei erleben. Seit Juli 2020 bekommt jeder Gast beim Einchecken in einer der 130 kooperierenden Unterkünfte die Gästekarte ausgehändigt. Ebenfalls kostenlos: alle Fahrten mit öffentlichen Verkehrsmitteln während des Urlaubs. [www.schwaebischealb.de/albcard](http://www.schwaebischealb.de/albcard)







In Württembergs größter Weinbaugemeinde Brackenheim im Heilbronner Land ist die Landschaft geprägt von gleichmäßig aufgereihten, akkurat beschnittenen Rebstöcken. Einem Dschungel gleichen dagegen die Wildwuchs-Parzellen im Weingut Wolf. Hier dürfen die vorwiegend alten Reben nahezu unberührt wachsen. Die einzige Laubarbeit übernehmen Schafe, denen der Weinberg als Weide dient. Doch der „freizügige Erziehungsstil“ hat Sinn: Er beflügelt die Aromatik der Trauben, aus denen schließlich charakterstarke Weine entstehen.  
[www.weingutwolf.de](http://www.weingutwolf.de)



ERFAHRUNGSFELD  
DER SINNE

## Neue Inspiration finden

Im Wald an der Laufenmühle in Welzheim sind alle Sinne der Besucher gefragt: beim Streicheln der Lamas, beim Entdecken des Wunderwegs (Bild) oder beim Klettern am Affenbaum. Das gesamte Areal „EINS+ALLES“ ist eine Initiative der Christopherus Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Laufenmühle e.V. und eine Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM).

[www.eins-und-alles.de](http://www.eins-und-alles.de)



25 JAHRE „SCHMECK  
DEN SÜDEN“

## Feines aus der Region

Den Geschmack eines Landstrichs lernt man als Gast auch über die Kulinarik kennen: In Baden-Württemberg zaubern über 350 „Schmeck den Süden“-Gastgeber mit frischen, regionalen und saisonalen Zutaten feine Speisen bester Qualität auf den Teller. 2021 ist 25-jähriges Jubiläum.

[www.schmeck-den-sueden.de](http://www.schmeck-den-sueden.de)



# Die Ziegen sind los!

Das erinnert an Ferien wie früher: Beim Dorfurlaub im Schwarzwald entspannt man in der Natur, trifft herzliche Gastgeber und regionale Produzenten und erlebt, dass die Kinder unbeschwert toben können.

Zum Beispiel in Loßburg

✍️ CHRISTIANE WÜRTENBERGER 📷 OLIVER RAATZ

Die Ziegen vom Kultierhof gehen gern mit Menschen spazieren







**V**orsichtig greift Benedikt nach dem Ei im mobilen Hühnerstall, angelt es heraus und legt es im Karton ab. „Guck mal, da hinten ist noch eins“, ruft er Carla Staiger zu, die hier in Loßburg-Schömberg im Schwarzwald mit einer Gruppe Gleichgesinnter den großen alten Hofbauernhof bewirtschaftet. Benedikts kleine Schwester Lina bleibt auf Mamas Arm, darf aber ein Huhn streicheln. „Ganz weich“, sagt sie und lacht. Die Familie hat im Laden des Hofbauernhofs eingekauft und bekommt nun noch eine Führung gratis: Die Kleinen dürfen die Schwäbisch-Hällischen Schweine füttern und zu den Hühnern auf die Wiese.

## Im Zauberland am Kinzigsee spielen die Kinder im Bach

Loßburg liegt ziemlich lauschig im Tal der Kinzig – es ist eine von insgesamt 21 Gemeinden, die sich zum Dorfurlaub Schwarzwald zusammengeschlossen haben. Das Konzept: Gäste in freundlichen kleinen Schwarzwald-Orten am Dorfleben teilhaben lassen – perfekt auch für

Familienferien. Dazu gehören herzliche Gastgeber, schöne Natur rundherum und die Möglichkeit, bei lokalen Produzenten einzukaufen.

Benedikts und Linas Eltern haben sich für einen solchen Dorfurlaub entschieden, weil die Kinder dort etwas ganz anderes erleben können als zu Hause. Und weil auch die beiden Erwachsenen Lust auf Natur, authentische Produkte und unbeschwerte Sommerferien hatten. Die Kinder haben mittlerweile nach einem kleinen Ortswechsel ihre Schuhe ausgezogen und erkunden die Wassererlebnistrunde im Zauberland am Kinzigsee. Das ist ein Naturerlebnispfad rund ums Wasser am Kinzigursprung. Etwas weiter warten noch eine Station mit großen Wasserspritzpistolen und eine Stelle, wo die Kleinen am Bach spielen können. Benedikt klettert das schattige Bachbett hinauf, während Lina versonnen Steine ins Wasser wirft.

Nach einem Picknick mit regionalen Produkten, das die Familie im Loßburger „Vesperdäschle“ bei ihrem Dorfurlaub-Gastgeber vorbestellt hat, klettert das Quartett auf den



## Wir machen Käse mit Schwarzwälder Note, unter anderem mit Fichtenspitzen.“

Cornelia Reich, Schwenkenhof



Im Bachbett spielen  
– im Zauberland am  
Kinzigsee

In Connis Käse-  
manufaktur kann  
man Biokäse  
probieren







Am Mühlenweiher  
in Betzweiler – der  
kleine, lauschige Ort  
gehört zu Loßburg





”

## **Freitags hat unser Hofcafé geöffnet, dann gibt's selbst gebackene Kuchen.“**

**Carla Staiger, Hofbauernhof**

Vogteiturm – und während die Kleinen es aufregend finden, dass die Stahlkonstruktion so luftig ist, genießen die Eltern die Aussicht.

„Komm Toff, komm Frida“, ruft Esther Föttinger vom Kultierhof ihren Schützlingen zu, und die rennen nach kurzem Zögern fröhlich Esther hinterher. Nein, es sind keine Pferde, die mit uns durchs Dorf spazieren – es ist eine übermütige Ziegenbande. Esther Föttinger erzählt, dass ihr Vater den Bauernhof vor ein paar Jahren gekauft hat – und dass sie sich mit den Tieren einen Kindheitstraum erfüllt hat. „Ziegen sind so emphatische Tiere“, erzählt sie, „ich wollte schon immer welche haben.“ Hier in Betzweiler-Wäldchen bei Loßburg werden die Ziegen weder geschlachtet noch gemolken. Ab und zu mit Gästen auf Tour durch den Wald zu gehen, ist der einzige Job der Tiere.

## **Beim Viertele warten, bis die Säge den Stamm zerteilt hat**

Eigentlich sollen Lina und Benedikt jetzt von den Großeltern, die mit in den Urlaub gekommen sind, abgeholt werden. Aber sie zetern, wollen mit in Connis Käsemanufaktur



Schweinefütterung  
auf dem  
Hofbauernhof

auf dem Schwenkenhof. Dort kann man Kühe beobachten, während Papa und Mama Biokäse probieren. Ohne die Kinder machen die Eltern noch eine Wanderung in der Mühlenwelt am Heimbach.

Karl-Heinz Mäder, dessen Vorfahren in dem Schwarzwaldtal einst Mühlen betrieben, begleitet die beiden und erzählt: wie man früher im Wirtshaus „Linde“ beim Viertele darauf gewartet hat, dass die Dorfsäge ihre Arbeit verrichtet, welcher Wanderweg der schönste ist, wie das Konzept in seiner „Oberen Mühle“ ist (regionale Produkte auf der Speisekarte, alles einfach, aber gut) und warum er gerne die alte Säge in der Scheune anwirft. Na, das muss man nicht erklären, das sieht man: Mäder wuchtet einen Fichtenstamm zur Säge, die schon schnauft und faucht. Die Sägeblätter





werden schneller, der Baumstamm wird in Latten geteilt. „Das dauert auch heute noch“, meint Karl-Heinz Mäder. „Aber ich bleibe lieber dabei, das Vierteile gibt’s später bei mir im Restaurant.“ Sagt er und justiert schon wieder etwas. Auch das ist ein Stück Dorfurlaub – Tüftler zu treffen, die nebenberuflich die Tradition am Leben halten. ■

## Alle Informationen

zum Dorfurlaub im Schwarzwald findet man hier:

[www.dorfurlaub.info](http://www.dorfurlaub.info)

Weitere Infos über den Schwarzwald:

[www.schwarzwald-tourismus.info](http://www.schwarzwald-tourismus.info)

## Noch mehr Dorfurlaub im Schwarzwald – drei Beispiele:

### Seebach – zum sagenhaften Mummelsee wandern

Märchenhaft geht es im Mummelseedorf Seebach zu. Über den Grindenpfad gelangen Wanderer zum sagenumwobenen Mummelsee, in dem der Legende zufolge die Wassergeister „Mümmlein“ leben. Weitere Urlaubserlebnisse: der Aussichtsturm Hornisgrinde, das Erzbergwerk Silbergründle und die Deckerhof-Mühle.



### Schönwald – wo die Uhren anders ticken

Schönwald, wo Anfang der 1730er-Jahre die erste Kuckucksuhr gebaut wurde, verspricht viel Ursprünglichkeit. Im Kulturdenkmal Reinertonishof etwa ticken nicht nur Schwarzwalduhren. Das Museum beherbergt auch die älteste Schinkenräucherei im Familienbetrieb und erzählt von der Lebensweise der Bewohner Schönwalds.

### Nordrach – Obstbrände aus alten Sorten

Das Obstbrennerdorf Nordrach setzt auf regionale Gaumenfreuden. Eine Wanderung durchs Nordrachtal führt auf dem Obstbrennerweg zu den dreizehn „Brennhisls“, in denen feine Brände und Liköre aus alten Streuobstsorten hergestellt werden.



Viele regionale Obstsorten eignen sich für die Herstellung feiner Brände – in Nordrach kann man’s kosten





# Die Spur der Steine

Im Schwarzwald gibt es geheimnisvolle  
Gesteinsbrocken, um die sich viele Sagen ranken.  
Wir haben die Giersteine bei Forbach im Murgtal  
besucht – und dort vor allem die Stille entdeckt

✍ CHRISTIANE WÜRTEMBERGER 📷 OLIVER RAATZ

Gesteinsbrocken  
bei Forbach:  
Opfersteine oder  
Laune der Natur?





**D**ie Sonne schickt ihre letzten gefächerten Strahlen über die Kuppe. Dann verschwindet sie hinter den Schwarzwald-Bergen. Die Steine sind noch warm vom Tag. In den größten der Giersteine bei Forbach im Murgtal wurde vor Jahrzehnten ein Treppchen gemeißelt. So kann man bequem nach oben gelangen und die Aussicht genießen: ins Murgtal. Auf die Berge gegenüber. Und bis ins kleine, idyllische Forbach hinunter. Es ist, als ob nun Ruhe einkehrt. Die Naturgeräusche werden leiser.

## Ein Kraftort, der die Menschen inspiriert

Manuela Maer, die in der Nähe wohnt, kommt auf der Suche nach Inspiration manchmal sogar nachts her. Maer, die im Alltag Claudia Mutschler heißt und IT-Expertin ist, schreibt Fantasy-Geschichten und hat die Giersteine zu einem mystischen Schauplatz in ihrem jüngsten Roman gemacht. Kostprobe



**Bernd Schneider führt Wanderer zu den Giersteinen**

gefällig? „Plötzlich begann der Körper ihres Vaters zu schweben. Sachte bewegte er sich auf die Stirnseite des Felsens zu und senkte sich erst, als dessen Kopf über der Mulde lag, von der aus tiefe Riefen hinunterreichten. Die dunkel gewandeten Männer, die unterhalb des Felsens ausharrten,





Erosion hat die  
Giersteine an die  
Oberfläche gebracht

Claudia Mutschler  
schreibt als  
Manuela Maer  
Fantasystorys



hatten mit einem Furcht einflößend wirkenden Singsang begonnen. Maledins Wille wurde immer mehr in Bann gezogen.“ Das Licht bei den Giersteinen, die seit 1940 ein Naturdenkmal sind, hat sich während der Lektüre verändert. Die warmen Töne sind weg, Zwielicht kündigt den Abend an. Plötzlich kann man sich viel besser vorstellen, dass an solchen mystischen Geschichten etwas dran ist.

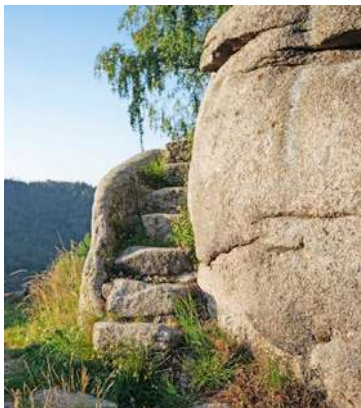
Schwarzwaldguide Bernd Schneider, der oft mit Wandergruppen herkommt, kennt Maers Text natürlich. Aber er mag auch die ganz alten Sagen und erzählt immer wieder gerne: von den Tier- oder gar Menschenopfern, die vor Urzeiten Göttern gebracht worden seien. Das Blut sei dann über die tiefen Rillen im großen Felsen abgeflossen. Von einer heidnischen



**Die Energie, die ich bei den  
Giersteinen fühle, kann ich mit  
in den Alltag nehmen.“** Manuela Maer

Priesterin, die vor den Christen hergeflüchtet sei, und vom Teufel, der auf den Steinen stand, als die Missionare kamen. Alles nur blühende Fantasie? Bernd Schneider lacht: „Ja, wahrscheinlich, denn die Geologen haben sich längst anders entschieden. Das Wunder, das diese Steine hier geschaffen hat, ist die Erosion: Wasser, Wind, Hitze, Kälte sind für diese Formen verantwortlich. Um uns herum war alles bedeckt mit Gestein, Pflanzen und Erde. Mit der Zeit ist das abgetragen worden.“

Geblieben sind die einzigartigen Steine mit ihren Formen, Spalten, bunten Flechten – ein Ort mit einer besonderen Ausstrahlung. Die Giersteine sind aber auch ein Ruheplatz, an dem man in aussichtsreicher Lage entspannen kann – zum Beispiel nach einer kleinen Wanderung vom Forbacher Bahnhof bis hier hinauf. ■



Gierstein mit Treppchen



**Mehr über die Region?**

[www.schwarzwald-tourismus.info](http://www.schwarzwald-tourismus.info)

**Mehr über die Steine?**

[www.forbach.de](http://www.forbach.de)



# AUSZEIT IM HOCHSCHWARZWALD

Unweit der französischen und der Schweizer Grenze lädt die vitalisierende und belebende Naturlandschaft des Hochschwarzwalds zum Entspannen und Krafttanken ein. Man hat Zeit für sich selbst und für die schöne Umgebung

## HÖHENKLIMAREGION

### Aufatmen und abschalten

Klarheit. Frische. Durchatmen. Einfach loslaufen auf eigens ausgezeichneten Höhenklimawegen. Reine Bergluft ein- und die Sorgen des Alltags ausatmen. Wärmende Sonnenstrahlen auf der Haut spüren. Den würzigen Duft des Waldes aufnehmen und zur Ruhe kommen. Das ist es, was den Hochschwarzwald auszeichnet. [www.hochschwarzwald.de/hohenklimawege](http://www.hochschwarzwald.de/hohenklimawege)



## NATURPARK-WIRTE

### Feines aus der Region

Qualität und Frische anbieten und dabei Natur und Kulturlandschaft schützen: Das haben sich die Naturpark-Wirte zur Aufgabe gemacht – mit feinen Gerichten, deren Zutaten aus der Region stammen. Zur Unterstützung der Landwirte, die das Landschaftsbild des Hochschwarzwalds erhalten. [www.hochschwarzwald.de/naturparkwirte](http://www.hochschwarzwald.de/naturparkwirte)



## SEENRADWEG

### Nah am Wasser gebaut

Radfahren mit Blick aufs tiefe Blau. Am Ufer von Schluchsee und Titisee entlang, zum Windgfällweiher und Feldsee. Bergauf, bergab – mit dem E-Bike ist das kein Problem. Rechts und links des Seenradwegs ziehen Berge, Wälder und Weiden vorbei. Und urige Gasthäuser empfangen durstige Radler. Das ist purer Radgenuss im Herzen des Hochschwarzwalds. [www.hochschwarzwald.de/seenradweg](http://www.hochschwarzwald.de/seenradweg)



### Alle Infos

über den Hochschwarzwald  
gibt es hier:  
[www.hochschwarzwald.de](http://www.hochschwarzwald.de)



# ZEIT FÜR MICH

Pilgern ist weit mehr als Wandern. Wer pilgert, ist auf der Suche nach sich selbst, nach Spiritualität, Ruhe und Einkehr. Hier unsere Tipps für Wanderungen mit Potenzial zur Horizonterweiterung



KAPELLENWEG IN DEN  
ELLWANGER BERGEN

## 12 besinnliche Kilometer

Sanfte Hügel und tiefe Tannenwälder: Von der Wallfahrtskirche auf dem Schönenberg bei Ellwangen verläuft der Rundweg zwölf Kilometer an Kapellen, Bildstöcken und Kreuzen vorbei. Unterwegs genießt man schöne Blicke auf den Albtrauf. [www.schwaebischealb.de/touren/kapellenweg](http://www.schwaebischealb.de/touren/kapellenweg)

KIRCHE UND TOURISMUS

## Zu sich selbst finden



In Baden-Württemberg gibt es ein Netzwerk von Pilgerbegleiterinnen und Pilgerbegleitern, die geschult sind, Menschen auf ausgewählten Wegen zu begleiten. Im Angebot sind Ein- und Mehrtagestouren in ganz Baden-Württemberg, die sich im Allgemeinen entweder an Männer oder Frauen richten und sich mit bestimmten Lebensphasen beschäftigen. [www.kirche-tourismus-bw.de/pilgerwege](http://www.kirche-tourismus-bw.de/pilgerwege)

# 2



BODENSEE  
Pilger-Treffpunkt

Fünf Pilgerwege führen durch die Bodenseeregion: Der Beurer und der Linzgauer Jakobsweg sowie der Tübinger, der Hohenzollerische und der Hegauer Weg. Von dort geht's dann oft weiter Richtung Spanien. [www.noerdlicher-bodensee.de](http://www.noerdlicher-bodensee.de)



IM JAGSTTAL

## Auf den fünf Pfaden der Stille



Gleich fünf Gemeinden im Jagsttal haben gemeinsam fünf wunderschöne Pilgerwege eingerichtet – allesamt entlang besonders meditativer und spiritueller Orte. Unterwegs kommen Wanderinnen und Wanderer an Höhlen, eingewachsenen Treppen mitten im Wald, an Kapellen und Ruinen vorbei.  
[www.pfade-der-stille.de](http://www.pfade-der-stille.de)



### Mehr Infos

zu Pilgerwegen findet man hier:  
[www.tourismus-bw.de](http://www.tourismus-bw.de)



Das chinesische „Wu wei“ bedeutet „Enthaltung eines gegen die Natur gerichteten Handelns“, richtet sich also gegen ein Agieren aus blindem Aktionismus. Zu dieser geführten Meditationswanderung gehören zum Beispiel Achtsamkeits- und Atemübungen im Tal der Wilden Rench.  
[www.bad-peterstal-griesbach.de](http://www.bad-peterstal-griesbach.de)



### KLOSTERROUTE IM NORDSCHWARZWALD

## Pilgern per Pedal

Über fast 150 Kilometer geht es mit dem Fahrrad an mittelalterlichen Klöstern und alten Burgruinen vorbei, durch Flusstäler und auf über 800 Meter hohe Schwarzwaldhöhen mit eindrucksvollen Aussichten. Man startet in Maulbronn, Ziel ist Alpirsbach, wo sich die Radler dann mit einem traditionell gebrauten Bier belohnen dürfen.  
[www.schwarzwald-tourismus.info](http://www.schwarzwald-tourismus.info)

### OBERSCHWABEN

## In Schleifen wandern



Ein Netz an reizvollen Wegen erwartet Pilgerinnen und Pilger in Oberschwaben. Sieben Schleifen verbinden Wallfahrtsorte, Klöster und unzählige Gnadenorte miteinander. Im wahrsten Sinne Höhepunkt aller Routen ist der 767 Meter hohe Bussen, der heilige Berg der Oberschwaben.  
[www.oberschwabischer-pilgerweg.de](http://www.oberschwabischer-pilgerweg.de)





# Das Leben ist ein ruhiger Fluss

Gemächlich schiebt sich die MS Wilhelma  
an Weinbergen, Wald und Wiesen vorbei.

Das Schiff befährt rund um Stuttgart  
den Neckar. Und der Kapitän  
beantwortet unterwegs alle Fragen

✍ ANNA MONTERROSO CARNEIRO 📷 UDO BERNHART

Perspektivwechsel:  
die Region rund  
um Stuttgart vom  
Wasser aus entdecken







**W**as passiert eigentlich, wenn der Kapitän ermordet wird?“ Erschrocken schaut der Schiffsjunge die kurzhaarige Dame mit Sonnenbrille an, die mit ihrer Frage im Türrahmen aufgetaucht ist. Sein Chef, der Kapitän, bleibt entspannt auf dem Drehstuhl am Steuerstand sitzen, offenbar bekommt Jörg Stürmer solche Fragen öfter gestellt. „Na ja, dann fährt das Schiff irgendwann gegen das Ufer und bleibt stehen“, antwortet er in ruhigem Tonfall. Mit einem enttäuschten „Ach so!“ begibt sich die Frau zurück aufs Freideck. Sie ist Krimi-Autorin, wie sich später herausstellt.

Die MS Wilhelma ist mehr als ein Rundfahrtschiff. Auf dem sogenannten Salonschiff können es sich die Passagiere richtig gut gehen lassen. Das Serviceteam ist aufmerksam, flitzt unauffällig zwischen den Tischen hin und her und versorgt die Gäste mit Erfrischungsgetränken, Speisen oder Kaffee und Kuchen. An sonnigen Tagen wie heute machen es sich die Gäste auf den beiden offenen Decks gemütlich.

## Eine sechsstündige Rundtour bis Marbach

Die MS Wilhelma ist Teil der Neckar-Käpt'n-Flotte, die ihren Heimathafen vor dem zoologisch-botanischen Garten Wilhelma in Bad Cannstatt hat. Das 37 Meter lange Schiff absolviert neben Sondertouren mit Lesungen oder Weinproben auch Linienfahrten wie die heutige Rundtour von Stuttgart nach Marbach. Wer möchte, kann unterwegs aus- oder zusteigen oder aber die sechsstündige Rundreise genießen.

Begleitet vom sonoren Brummen der Maschine schiebt sich die MS Wilhelma über den Neckar. Bereits wenige Minuten nach dem Start hat sich die Ufer-Szenerie, die zunächst städtisch war, in ein Meer

”

**Stress haben wir hier kaum, nur ab und zu mal Stau.“**

Jörg Stürmer, Kapitän



In den Steillagen in Stuttgart wird der Wein noch von Hand gelesen







aus Grün verwandelt. Die Cannstatter Weinberge erheben sich hinter einer Flussbiegung. In den Stuttgarter Steillagen werden Trollinger, Riesling und Kerner angebaut.

„Wilhelma zu Tal bei 167“, sagt Stürmer in den Hörer, bevor er ihn zurück an die Funkanlage hängt – er erhält ein unverständliches Rauschen zur Antwort. Er nickt, das war das Okay von der Schleuse. „Mach dich bereit zum Schleusen, Eddi. Wir dürfen direkt reinfahren.“ Während der Kapitän sein Schiff geschickt in die 110 Meter lange Schleuse manövriert, zieht Eddi die Schwimmweste über. Das Schleusentor schließt sich, der Wasserpegel sinkt, der Schiffsjunge muss das Schiff immer wieder ein Stück tiefer mit einem Tau sichern, alles Routine. Schon seit 1997 ist Kapitän Stürmer auf dem Neckar unterwegs, seit 2006 sitzt er am Steuer. Er kennt den Fluss wie seine Westentasche und freut sich doch bei jeder Fahrt auf

Mit seiner Flotte kann der Neckar-Käpt'n den Fluss zwischen Plochingen und Heilbronn befahren

seine Lieblingsstellen: die Hessigheimer Felsengärten zum Beispiel, die idyllische Strecke zwischen Poppenweiler und Marbach oder den Zusammenfluss von Rems und Neckar.

An Deck wird das Essen serviert, es gibt Maultaschen mit Kartoffelsalat oder Linsen mit Spätzle. Auch der Krimi-Autorin schmeckt es. Kurz zuvor hatte sie allerdings noch in der Küche nachgeforscht, ob im Kühlraum wohl auch eine Leiche Platz hätte. ■

### Alle Informationen

über die Schifffahrt auf dem Neckar und Ausflugstipps für die Landeshauptstadt gibt es hier:

[www.neckar-kapitan.de](http://www.neckar-kapitan.de)

[www.stuttgart-tourist.de](http://www.stuttgart-tourist.de)



# Ton aus, Augen auf!

Bei einer Ballonfahrt auf der Schwäbischen Alb  
schwebt man wie in Zeitlupe und ganz leise  
über Wälder, Wiesen und Dörfer. Und wird auch  
selbst ganz ruhig dabei

✍️ CHRISTIANE WÜRTEMBERGER 📷 DIETMAR DENGEL





Rudi Fuchs startet  
nur bei perfektem  
Wetter zu Ballon-  
fahrten über der Alb





**W**ir schweben ja schon! Der Korb hebt so lautlos von der Wiese im Lautertal ab, dass man nur durch den Perspektivwechsel merkt, dass man in der Luft ist. Dieser unspektakuläre Start kommt für mich überraschend, denn ich habe bis eben mit meiner Angst gekämpft. Ich steige nicht gerne ins Flugzeug – und jetzt soll ich in einem kleinen Korb durch den Himmel über der Schwäbischen Alb cruisen? Mit nichts als heißer Luft als Antrieb? Und einem Kapitän, der zwar sehr erfahren ist, der aber sein Gefährt im Grunde nicht steuern kann?

Rudi Fuchs feuert stattdessen. Und der Gasbrenner faucht in kurzen Abständen und speit Feuer, damit die Luft im 180 Kilogramm schweren Ballon heißer wird und wir an Höhe gewinnen. Denn gleich nach dem Start geht's ein bisschen in eine andere Richtung als vorher

„  
**Ich fühle  
mich hier  
oben sehr  
frei, fast  
schwerelos.“**

**Rudi Fuchs,  
Ballonpilot**

gedacht – und die Baumwipfel am Hang sind für einen Moment sehr nah. „Da müssen wir jetzt schnell machen“, meint der 61-Jährige lachend, wirkt aber nicht besorgt. Es beruhigt mich, dass ich den tiefenentspannten Ballonexperten vor mir habe und mit ihm plaudern kann. Das ist schon mal viel angenehmer als im Flugzeug – man ist im Kontakt mit dem Piloten und mit der Welt um einen herum.

## Der Frieden hier oben

Der Effekt: Schon bevor wir über den Berg sind, fällt die Angst wie ein schwerer Stein von mir ab und ich freue mich: über die Morgensonne. Die unfassbare Stille. Den Frieden hier oben. Wie leise man fliegen – pardon – fahren kann. Und wie wunderschön die Alb an so einem Morgen früh um sieben Uhr ist – mit Nebel, feuchten Wiesen, dunklen Wäldern, kleinen Dörfern.



Beim Aufbau des  
Ballons müssen auch  
die Gäste mithelfen



Rudi Fuchs fliegt  
oft über der Alb  
und am Bodensee



Wo fliegt er  
denn? Rudis Frau  
verfolgt den  
Ballon im Auto

„Ich mag am Ballonfahren, dass es so langsam und bedächtig ist“, erzählt Rudi Fuchs. „Und dass es eine wahre Kunst ist, sich auszurechnen, wo man hinfliegen wird und wo man am Ende gut landen kann. Aber ich starte auch wirklich nur, wenn das Wetter absolut passt.“ Das Tolle am Ballonfahren ist neben der Stille, dass man meist in einer Höhe von 500 bis 1.000 Metern über dem Boden fliegt und noch viel unten erkennen kann: die Kuhherde, die herbeigaloppiert. Die Rehe auf dem Feld. Den Rennradler, der auf der Straße unter uns bergab saust. Wir sind über dem Biosphären-

gebiet Schwäbische Alb rund um Münsingen unterwegs, einem eindrucksvollen Stück Natur und einer tollen Urlaubsregion – aber noch liegt die Welt unter uns weitgehend still da.

Obwohl Rudi Fuchs hier oben einen Wind von etwa 15 Stundenkilometern misst, scheint kein Lüftchen zu wehen. „Das fühlt sich so an, weil wir den Fahrtwind als Antrieb nutzen“, erklärt er uns. Es ist ein bisschen so, als ob wir auf Zeitlupe geschaltet sind und einer zudem den Ton stumm gedreht hat. „Wahrscheinlich landen wir heute nach etwa 1,5 Stunden bei

Trochtelfingen“, meint Rudi, der schon über 2.000 Fahrten als Ballonführer hinter sich hat. Wir fünf Passagiere sind alle zum ersten Mal an Bord: Carmen hat ihrer Freundin Angelika die Fahrt geschenkt, damit die ihre Höhenangst überwindet. Siggie und Erwin wollten so etwas schon lange mal machen. Und ich? Ich stehe im Korb und beneide die Vögel. Entdecke ganz in der Ferne die Burg Hohenzollern. Das letzte Wäldchen bei Trochtelfingen ist überwunden, wie in Zeitlupe sinken wir, mit einem unmerklichen Hopser setzt der Korb auf einer Wiese auf. Also rausklettern, einpacken und frühstücken.

Ich klopfe Angelika auf die Schulter. Wir zwei Ängstlichen haben es auch geschafft. Nein, viel mehr als bloß geschafft, das sehe ich in den leuchtenden Augen meiner Nebensitzerin. Wir haben's richtig genossen. ■

## Mehr übers Ballonfahren:

[www.fuchs-ballonfahrten.de](http://www.fuchs-ballonfahrten.de)

## Mehr Infos über die Schwäbische Alb

und Vergünstigungen mit der kostenfreien Gästekarte AlbCard: [www.schwaebischealb.de](http://www.schwaebischealb.de)





Zeitläufe: uralte  
Fachwerkhäuser  
am Bad Uracher  
Marktplatz

Auszeiten:  
wandern und in  
den AlbThermen  
entspannen



# Wandern mit Genuss

Die fünf Premiumwanderwege Grafensteige rund um Bad Urach führen Wanderer mitten ins UNESCO-Biosphärenreservat Schwäbische Alb. Und nach der vielen frischen Luft geht's in die Therme und zum Schlemmen

**B**ad Urach ist wie geschaffen für Wanderer, die gern rundum genießen. Mehr als 150 Kilometer Wanderwege ziehen sich hier durchs UNESCO-Biosphärenreservat Schwäbische Alb. Fünf davon sind die Premiumwanderwege Grafensteige, und besonders reizvoll ist der nur 6,3 Kilometer lange Hohenwittlingensteig: Hoch hinauf geht es zum Felsvorsprung, auf dem die Burgruine Hohenwittlingen steht, vorbei an Streuobstwiesen, beeindruckenden Felsen und über die Albhochfläche. Der Rückweg führt zur Schillerhöhle und durch die grüne Wolfsschlucht mit ihren durch mineralische Ablagerungen entstandenen Sinterterrassen. Das spektakuläre Naturschauspiel lässt sich in der Klamm bestaunen.

Bad Urach ist mit seinem wunderschönen mittelalterlichen Marktplatz der ideale Ausgangspunkt für Wanderungen und Ausflüge in die Region. Die Stadt bietet zudem für jeden Geschmack die ideale Unterkunft: klassifizierte Hotels und Ferienwohnungen, urige Gasthöfe und einen idyllisch

gelegenen Camping- und Wohnmobilplatz. Dass die Schwäbische Alb für Genießer eine hervorragende Urlaubsregion ist, stellen die zahlreichen Cafés und Restaurants jedes Mal unter Beweis, wenn Spätzle, Maultaschen, Schupfnudeln, Albamm und andere regionale Köstlichkeiten auf den Tisch kommen. Die erste Adresse für Wellness sind die AlbThermen. Das 32 bis 38 Grad warme Thermal-Mineralwasser tut dem Körper wohl, und die 3.000 Quadratmeter große Saunalandschaft bietet Entspannung pur, während der Blick über Berghänge und zur Burgruine Hohenurach schweift. ■



## Weitere Infos und Kartenmaterial

zu Wanderungen sowie Tipps für Ausflüge und Übernachtungen gibt es hier:

[www.badurach-tourismus.de](http://www.badurach-tourismus.de)



# Abschalten und durchatmen

Vom höchsten Berg der Alb bis hinunter ins Obere Donautal, von der Baar-Hochfläche bis zum Hegau: Beim Wandern im Donaubergland wird der Blick frei und die Seele entspannt

**E**in richtiges Wander-Herzstück – durchs Donaubergland führen einige der schönsten Wanderwege im Süden. Gemeinsames Merkmal vieler Touren: Immer wieder öffnet sich die Landschaft zu Panorama-Aussichten, die auch die Seele ganz weit machen. Auf dem höchsten Punkt der Schwäbischen Alb zum Beispiel, dem stählernen Aussichtsturm auf dem Lemberg bei Gosheim – an klaren Tagen sieht man von dort oben bis zu den Alpen. Oder an der westlichen Kante des Albtraufs, wo sich die Höhenzüge des Schwarzwalds wie

ein Pastell in der Ferne erheben. Nicht weniger einzigartig: Auch die Aussichtsfelsen im Schwäbischen Grand Canyon, dem Oberen Donautal zwischen Tuttlingen und Sigmaringen, bieten Wanderern immer wieder schwindelerregend-schöne Einblicke ins Tal der Jungen Donau. Unten liegt zum Beispiel Kloster Beuron – ein fast mystischer Kraftort, den die Mönche im Mittelalter bestimmt ganz bewusst ausgewählt haben. Hier, wo die Donau noch klein und idyllisch ist, kann man sich ans Wasser setzen und den Gedanken freien Lauf lassen. Wer in Zeitlupe durch die Landschaft im Naturpark Obere Donau gleiten möchte, leiht sich ein Kanu. Oder man steigt dem Flösschen eben doch wieder aufs Dach: Die DonauWellen-Premiumwege, wie z. B. die Donaufelsen-Tour bei Fridingen oder das Eichfelsen-Panorama bei Beuron und der Burg Wildenstein, nehmen Wanderer mit zu den besten Plätzen zwischen der blaugrünen Donau und dem Bergland. ■



Donauwellen doppelt  
genießen – zum Kaffee  
und beim Wandern



## Alle Informationen

Mehr zu den verschiedenen Wanderwegen der Region gibt's unter:

[www.donaubergland.de](http://www.donaubergland.de)



The background of the page is a photograph of a natural landscape. In the foreground, there are tall, green grasses and reeds, some of which are slightly out of focus. In the middle ground, a large, moss-covered log lies horizontally across the frame. Behind the log, there is a dense thicket of green foliage and bushes. In the lower part of the image, a stream flows, with its surface reflecting the surrounding greenery. The overall atmosphere is peaceful and natural.

# Gehen ist Magie

Hektik und kaum Zeit für sich selbst – manchmal braucht es eine Auszeit. Die Ehinger Alb ist wie dafür gemacht. Auf dem 51 Kilometer langen Besinnungsweg finden Wanderer Impulse, Altes und Gewohntes zu überdenken

✍ ANNE SCHÜSSLER 📷 UDO BERNHARDT









Kleine Details am  
Wegesrand machen  
die Wanderung  
ganz besonders

Der „Enge und  
weite Horizont“ ist  
16 Meter lang und  
6 Meter hoch



**L**eise plätschert die Große Lauter unter ihren Füßen dahin. Knapp über der Wasseroberfläche tanzen blau schimmernde Libellen. Anna sitzt auf einem dicken Baumstamm, der vor Jahren einmal über den Fluss gefallen ist. Jetzt bildet er eine natürliche Brücke ans andere Ufer – und einen gemütlichen Platz zum Entspannen und Zur-Ruhe-Kommen.

Anna ist auf der vom Deutschen Wanderverband zertifizierten, 51 Kilometer langen Biosphären-Wandertour „Wege der Besinnung und Einkehr auf der Ehinger Alb“ unterwegs. Der Rundweg führt quer durch das Gebiet der Ehinger Alb und das Albvorland: durch dichte Wälder, über kleine Kuppen und zu weiten Ausblicken. Fast so abwechslungsreich wie das Leben selbst.

## Der Weg verläuft am Naturwunder des Jahres 2019

Auf dem Weg geht es darum, sich im spirituellen Raum zu besinnen und Antworten auf Fragen zu finden: „Wo will ich hin im Leben?“ „Wo stehe ich gerade?“ Genau das ist auch Annas Intention. Im Beruf häufig im Stress, will sie fernab von Terminen und Konventionen die Stille der Natur genießen. Ihre Etappe führt von Erbstetten durch das Lautertal und weiter über Mundingen nach Dächingen. Von ihrem Baumstamm aus geht sie weiter an der Großen Lauter entlang. Der Fluss ist die Lebensader

für das Tal. Und nicht nur das: 2019 wurde die Große Lauter von der Heinz-Sielmann-Stiftung zum Naturwunder des Jahres gekürt. Mannshoch wachsen die Sträucher an ihrem Ufer. Auf der anderen Wegeseite ragen steile Felswände empor. Und hoch oben am Hang thront die Burgruine Wartstein wie ein Wächter, der das Tal überblickt.

Einer, der den Besinnungsweg besonders gut kennt, ist Alfons Köhler. Der Wirt aus Dächingen ist in der Region aufgewachsen und kennt sie wie kein Zweiter. „Mir und meiner Familie liegt unsere Heimat auf der Schwäbischen Alb sehr am Herzen“, erzählt er. „Deshalb habe ich mich auch von Anfang an bei der Planung des Besinnungswegs engagiert.“

Mit dem großen Rundweg sind die Wege der Besinnung und Einkehr aber noch nicht abgeschlossen. An den Hauptweg schließen noch einige Themenwege und -orte an.





Annas nächste Station ist ein solcher Themenweg: Der Lebens-Horizont-Weg in Mundingen ist eine Mischung aus Besinnungsweg und Kunstpfad. Sechs Kunstwerke hat der Tübinger Künstler Martin Burchard hier geschaffen, die sich alle mit Spiritualität befassen. Unter einem hölzernen Unterstand befinden sich drei bunte Gebetsmühlen. Sie sind ein Impuls, damit Wanderer erkennen, wofür sie dankbar sein können. Langsam dreht Anna an den Mühlen. Sie zeigen Begriffe wie Harmonie, Inspiration, Klarheit und Frieden.

## Der Wanderweg vereint Natur mit Kunst

„Mein absolutes Highlight auf dem Lebens-Horizont-Weg ist die Statue ‚Enger und weiter Horizont‘“, erzählt Alfons. „Sie symbolisiert den



„  
**Die Natur  
hier gibt mir  
viel Kraft für  
den Alltag.“**

Alfons Köhler



Burgruinen, Höhlen,  
Wälder: Im Lautertal  
gibt's viel zu entdecken

Lebensweg der Menschen, erst eingeschränkt durch den Alltag und dann himmelsoffen und befreit.“ Anna staunt, als sie das mächtige Kunstwerk weiter oben am Weg entdeckt. Von vorne erinnert es an die Schwingen eines Adlers. Fasziniert läuft Anna hindurch und streicht mit den Händen über die kühlen Rohre.

Alfons erklärt: „So wie diesen Ort haben wir einige auf dem Besinnungsweg, die Kraft geben und wunderbar ruhig sind. Dazu gehört auch einer meiner Lieblingsorte. Er heißt ‚Die Rolle‘ und ist ein Feuchtbiotop, an dem man sich Inspiration fürs tägliche Leben holen kann.“ Und auch Anna spürt mit jedem Schritt, wie sie immer mehr Details der Natur wahrnimmt. Deshalb plädiert Alfons dafür, sich Zeit zu nehmen und die einzigartige Landschaft am Fuße der Schwäbischen Alb zu genießen. Und hinter jeder Biegung eröffnen sich neue Perspektiven.

Auch für Anna, die nach einem Tagesmarsch die Wallfahrtskirche in Dächingen erreicht, auf einer Kirchenbank Platz nimmt und hier eine ganz andere Art der Besinnung erlebt. Nicht in der Natur, sondern im Schutz der Religion – aber genauso ruhig und entspannend wie am Morgen auf dem bemoosten Baumstamm. ■

**Mehr über den Besinnungsweg unter**

[www.besinnungsweg-ehinger-alb.de](http://www.besinnungsweg-ehinger-alb.de);  
[www.schwaebischealb.de/wandern](http://www.schwaebischealb.de/wandern)



# WASSERLIEBE: DIE SCHÖNSTEN THERMEN AUF DER SCHWÄBISCHEN ALB

Stilvoll abtauchen und das wohlig-warme Heilwasser in elegantem Ambiente genießen, das lässt sich in diesen Heil- und Thermalbädern auf der Schwäbischen Alb besonders gut

1



BAD URACH

## Jungbrunnen mit Tradition

Rund eine Million Liter Thermal-Mineralwasser sprudeln aus rund 770 Metern Tiefe direkt in die Innen- und Außenbecken der AlbThermen, die zwischen 32 und 38 Grad warm sind. In der Bad Uracher Therme steht das sinnliche Erleben im Zentrum – dazu gehört ein aufwendiges Lightshow-Konzept: In der Dämmerung wird das gesamte Bad in ein Farbenmeer getaucht. Ganz klassisch, aber hochmodern sind die Einrichtungen des Wellnessbereichs: Neben einer Saunalandschaft mit großer Aufguss-Sauna und diversen Niedrigtemperatur-Saunen finden sich hier unter anderem Regenduschen und ein Wasserfall. Eine Gastronomie und Wohlfühlanwendungen wie Massagen zählen ebenfalls zum Angebot.

[www.albthermen.de](http://www.albthermen.de)



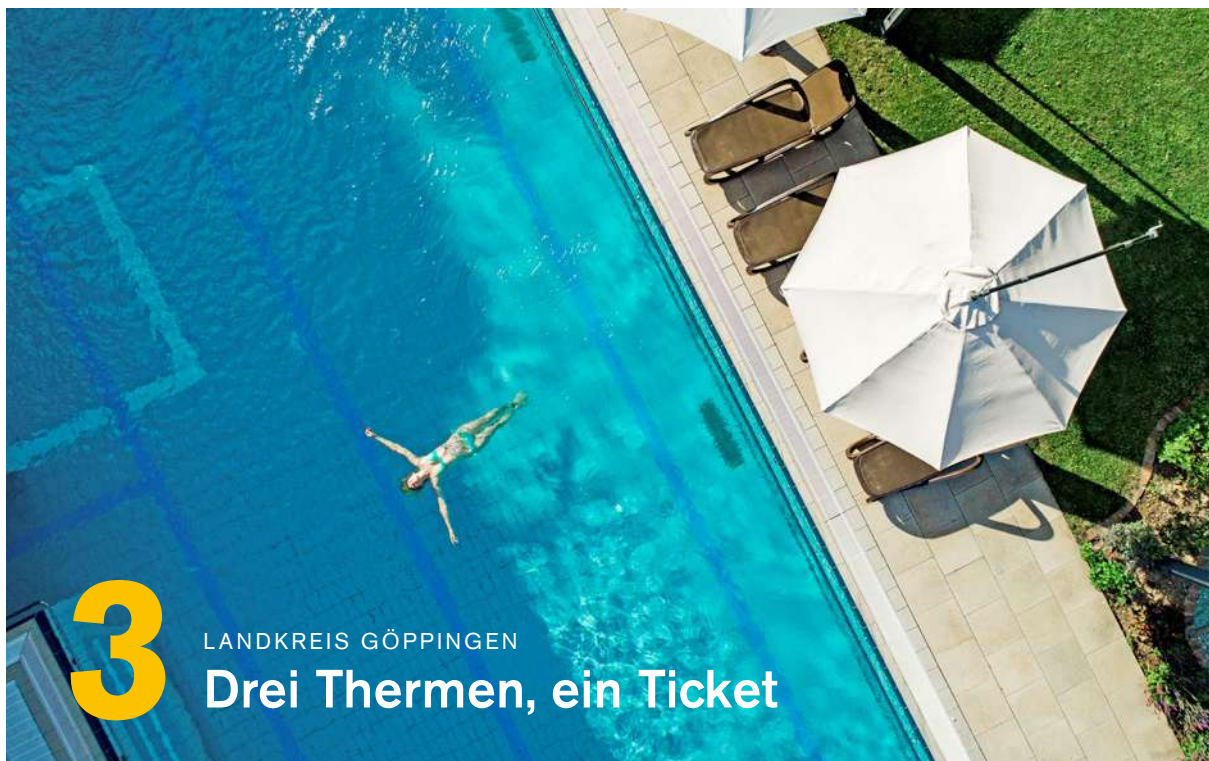
BAD BLAU

## Das Beste aus zwei Welten

Dass Badespaß und Erholung sich ergänzen, kann man in der Therme Bad Blau in Blaustein erleben. Mit der Riesenrutsche geht es für Jung und Alt direkt ins Vergnügen, um anschließend im mollig warmen Solevitalbecken Erholung zu finden. Wer sich im Sport- oder Abenteuerbecken ausgepowert hat, kann sich in der großen Saunalandschaft mit sechs Saunen auf beste Weise wohlfühlen und entspannen. Als besonderer Service wird der Lappland-Bereich mit Holzofen-Sauna und Grillstelle vermietet. [www.badblau.de](http://www.badblau.de)







Und nach dem Wandern geht's ab in die Therme: Auf den 15 Löwenpfaden im Landkreis Göppingen entdecken Gäste faszinierende Naturlandschaften, Panoramablicke über die Alb und geheimnisvolle Orte. Und nach der Halbtages- oder Ganztagestour entspannt man aufs Angenehmste in den Thermen von Bad Boll, Bad Ditzgenbach und Bad Überkingen (Bild). Tipp: Alle drei Thermen kann man mit einem Bäderticket zum Vorteilspreis besuchen. [www.loewenpfade.de](http://www.loewenpfade.de), [www.baedergemeinschaft.de](http://www.baedergemeinschaft.de)



## Mehr Infos

gibt es unter: [www.schwaebischealb.de](http://www.schwaebischealb.de)

Tipp: Mit der AlbCard ist der Eintritt in viele Thermen kostenfrei.



## BEUREN

### Auszeit mit Ausblick

Sieben unterschiedlich temperierte Thermalwasserbecken, mehrere Saunen und Dampfbäder sowie eine Thermengrotte, dazu vielfältige Gesundheits- und Wellnessanwendungen – in der eleganten Panorama Therme finden anspruchsvolle Gäste Ruhe und Erholung. Für Entspannung von Kopf bis Fuß sorgen Massagedüsen und der Blick über die wald- und hügelreiche Landschaft. Komplettiert wird das Rundum-Wohlfühl-Paket durch einen großzügigen Freibereich und ein breit gefächertes Angebot an kulinarischen Genüssen. [www.panorama-therme.de](http://www.panorama-therme.de)





Schritt für Schritt fühlen –  
auf dem Barfußpfad in Bad  
Dürkheim



# Natürlich entspannen

Wie können wir uns am besten erholen?

Sicher ist: Wir erholen uns gut in und mit der Natur. Dazu haben die 56 Heilbäder und Kurorte viele Ideen entwickelt. Wir waren in Bad Dürkheim im Schwarzwald

✍️ CHRISTIANE WÜRTEMBERGER 📷 OLIVER RAATZ





**E**s ist ein heißer Sommertag. Aber die Luft hier ist angenehm feucht und kühl. Über etwa 6.000 Bündel Schwarzdornreisig rieselt die Sole im Gradierwerk von Bad Dür rheim vier Meter abwärts und bildet dabei immer feinere Wassertröpfchen. Die werden schließlich von der Luft aufgenommen und sorgen für ein prima Mikroklima. Schwarzdornreisig nimmt man, weil das besonders lange hält. Schön aussehen tut's nebenbei auch. Der Stress nimmt schon alleine dadurch ab, dass man das solehaltige Wasser beim Tropfen und Perlen beobachtet. Die Inhalation soll zudem lindernd bei Atemwegserkrankungen wie Asthma oder Bronchitis wirken. Die mit Sole angereicherte Luft steigert aber auch bei gesunden Menschen das Wohlbefinden. Empfohlen werden 20 bis

**Wassertreten tut gut, das wusste schon Sebastian Kneipp**

30 Minuten – also tief atmen, loslassen und die Augen schließen. Das Gradierwerk in Bad Dür rheim ist sowohl von der Solemar Therme aus zugänglich als auch frei vom Kurpark. Die Wirkungsweise der Gradierwerke kann man natürlich nicht nur in Bad Dür rheim erleben, sondern auch in Bad Mergentheim, Bad Rappenau, Bad Waldsee, Bad Schönborn und Menzenschwand.

## Naturkräfte nutzen

Salzvorkommen wurden in Bad Dür rheim schon in den 1820er-Jahren entdeckt. Heute ist der Ort auf 733 Metern Höhe das höchstgelegene Soleheilbad Deutschlands. Und der einzige in Baden-Württemberg, der gleichzeitig Soleheilbad, Kneippkurort und Heilklimatischer Kurort





In der Salzgrotte:  
reine Luft atmen  
und sanften  
Klängen lauschen



## **Unsere Gesundheits- experten entwickeln immer mehr Angebote aus natürlichen Heilmitteln.“**

**Markus Spettel, Geschäftsführer  
Kur- und Bäder GmbH Bad Dürkheim**



ist. Aus natürlichen Heilmitteln entwickeln die Experten in Bad Dürkheim und den anderen Heilbädern und Kurorten des Landes immer mehr Erholungs- und Gesundheitsangebote. Unter dem Motto „natur.erholt.“ wollen sie sich in den kommenden Jahren noch stärker als bislang auf die gesundheitsfördernden Kräfte konzentrieren, welche direkt aus der Natur kommen, also zum Beispiel Moor, Heilklima, Sole, Wald, Kräuter und Heilwasser.

Schön und gut, aber wie entspannt der Mensch denn eigentlich am Ende? Wo tankt

er neue Energie? Wissenschaftliche Studien legen nahe, dass das individuell sehr verschiedenen ist. Gut erholt man sich wohl, wenn man Neues entdeckt und während des Urlaubs Dinge tut, die ein Kontrastprogramm zum Alltag darstellen. Wer sonst körperlich arbeitet, der entspannt beim Nichtstun – oder beim Lesen eines Buchs. Wer geistige Arbeit leistet, erlernt vielleicht einen neuen Sport. Fest steht aber: Die Kraft der Natur wirkt immer heilsam, ganz egal, ob wir im Wald spazieren gehen, ob wir Kneippgüsse ausprobieren oder eine Wellnissanwendung buchen.

### **In Sole schweben**

In Bad Dürkheim sowie den fünf weiteren Soleheilbädern des Landes (Stuttgart, Bad Rappenau, Bad Wimpfen, Bad Mergentheim und Bad Schönborn) schwebt man fast schwerelos in solehaltigen Innen- und Außenbecken. Diese sind durchschnittlich zwischen 28 und 37 Grad warm. Das Wasser entspannt die Muskeln. Der Auftrieb, der durch den hohen Salzgehalt im Wasser entsteht, entlastet die Gelenke. Das Salz wirkt sich positiv auf das Hautbild aus. Beim entspannten Schwimmen oder bei Wassergymnastik kann man ganz bewusst den Alltag loslassen, die Gedanken spazieren schicken – oder einfach mal probieren, an gar nichts zu denken.

Wir sind nur für ein paar Tage da, stellen uns das Programm für die kleine Erholungszeit selbst zusammen. In Bad Dürkheim ist die Auswahl groß: ein Solemar-Besuch mit Therapie,





Ein Armbad im Kurpark von Bad Dür rheim bringt Gästen die Kneipp-sche Lehre näher

Schwarzwald-Sauna und Totes-Meer-Salzgrotte, im Kurpark spazieren gehen, Nordic Walking ausprobieren, die Outdoor-Fitnessgeräte testen und sich zwischendurch mal in den Themengärten über die Kneippsche Lehre informieren. Deutschland feiert dieses Jahr den 200. Geburtstag von Sebastian Kneipp. Praktisch ausprobieren kann man die Tipps von Kneipp dann gleich bei Armgüssen und im Kneippbecken. Übrigens ist Bad Dür rheim nicht der einzige Kneippkurort in Baden-Württemberg. Insgesamt können die Anwendungen nach Sebastian Kneipp in zwölf Kneippkurorten und einem Kneippheilbad im Land ausprobiert und erlebt werden.

## Lächelnd über Mulch gehen

Die Steine sind rund und angenehm kühl, sie massieren die Fußsohle. Schon schwieriger ist es, lächelnd über Holzmulch zu gehen. Der Barfußweg im Kurpark von Bad Dür rheim will ebenso wie die Fühlstationen beim Gradierwerk



die Sinne der Gäste schärfen. Denn während eines Gesundheitsurlaubs, so lernen wir hier, ist man viel offener für neue Eindrücke und kleine, spannende Details. Körper und Geist sind aufnahmefähiger. Also am besten die Chance nutzen, denn wer jetzt seine Sinne ein wenig trainiert, der hat eine gute Chance, auch im Alltag aufmerksamer auf Kleinigkeiten zu achten. Apropos neue Eindrücke: Die tun gut, tragen laut aktuellen Studien mehr zur Erholung bei als Nichtstun.

Bad Dür rheim und die anderen Heilbäder und Kurorte haben dazu ganz viele Ideen: Es werden zum Beispiel Yoga-, Meditations- oder Malkurse im Park angeboten. In Bad Dür rheim gibt es einen Parkour mit Fitnessgeräten und die 4.000 Quadratmeter große Adventure-Golf-Anlage direkt im Kurpark. Die wollen wir mal





ausprobieren. Denn dann kommen wir vielleicht nicht nur mit mehr Energie, sondern auch mit einem neuen Hobby nach Hause.

Was brauchen wir zur Zufriedenheit? Was ist wirklich wichtig im eigenen Leben? Stehen Veränderungen an? Welche Gewohnheiten möchte man gern neu etablieren? Welche loslassen? Sobald sich Entspannung und Ruhe einstellen, ist wieder Raum für die größeren Fragen im Leben – und denen widmet man sich am besten ohne Ablenkung.

## Handy öfter ausschalten

Bad Dürrhein, das sich unter anderem auf die Regeneration bei Erschöpfungszuständen spezialisiert hat, ist nicht der einzige Kurort, der seinen Gästen empfiehlt (und sich damit vermutlich nicht sehr beliebt macht): Handy öfter mal ausschalten, sich in Digital Detoxing üben. Etwa 70 Prozent der Deutschen sind nämlich auch im Urlaub für ihre Arbeit- oder Auftraggeber erreichbar. Wer also immer mal wieder offline ist, der schafft sich neue Freiräume: Man hat mehr Zeit für eigene Gedanken und für

**Aufguss in der Schwarzwaldsauna im Solemar. Links: Die Therme hat 13 Becken**

neue Erlebnisse ebenso wie für Freunde und die Familie.

Wie wäre es außerdem, mal wieder wandern oder radeln zu gehen und den Naturgeräuschen zu lauschen? Rund um Bad Dürrhein gibt es ein dichtes Netz an Strecken. Man kann aber auch einfach durch den Kurpark schlendern, so wie wir. Am Kneippbecken ziehen wir spontan die Sandalen aus und steigen bis über die Waden ins Wasser. Das ist so eiskalt, dass wir automatisch tief Luft holen. Aber das langsame Waten im Storchengang erfrischt auch den gesamten Organismus. Und hinterher fühlen sich die Füße wieder ganz warm und leicht an. ■



## Mehr Informationen

zu Erholungs- und Gesundheitsurlaub in Bad Dürrhein und den anderen Kurorten und Heilbädern findet man hier:

[www.naturerholt.de](http://www.naturerholt.de)

[www.badduerrhein.de](http://www.badduerrhein.de)

[www.heilbaeder-bw.de](http://www.heilbaeder-bw.de)





## WELLNESS-WELTEN

Ob römisch, irisch oder indisch –  
Gesundheits- und Erholungsurlaub in  
Baden-Württemberg macht Spaß und tut  
Körper und Geist gut. Zum Beispiel hier:



### BADENWEILER Römisch-Irisch

Römisch-Irisches Bad: In der Casiopeia Therme vereinen sich zwei Badekulturen zu einem Wellness-Programm. Neben unterschiedlich warmen Becken mit wohltuendem Thermalwasser entspannen Gäste in Warm- und Heißluftsräumen. Der sanfte Temperaturwechsel ist schonend für den Kreislauf und tut Körper und Geist gut. Unter der Sandlichtbank erleben Gäste eine Lichtsimulation der auf- und untergehenden Wüstensonne – perfekt, wenn die Tage kürzer werden.  
[www.badenweiler.de](http://www.badenweiler.de)

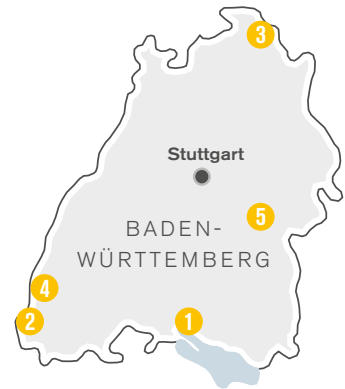
### BAD MERGENTHEIM Vier Heilquellen



Gleich vier Heilquellen sprudeln hier aus der Tiefe. Im Brunnentempel können Besucher das gesunde Wasser der Wilhelms-, Karls- und Albertquelle trinken oder in selbst mitgebrachte Gefäße abfüllen. In der Paulsquelle kann gebadet werden. Besonders wohltuend ist auch die solehaltige Luft im Gradierpavillon. Sie ist gut für die Atemwege und wirkt beruhigend auf den gesamten Organismus.  
[www.bad-mergheim.de](http://www.bad-mergheim.de)

## 1 ÜBERLINGEN Seeblick

Bootshaus-Sauna, See-Sauna und Panorama-Sauna – im großen Saunagarten der Bodensee-Therme Überlingen haben Gäste den See immer mit im Blick. Zwischen den Saunagängen kann man es sich auf den Liegen am Kiesufer des Sees bequem machen – und bei klarer Sicht das Panorama der Alpen genießen. Unter freiem Himmel befindet sich auch das Massagedeck. Bei winterlichen Temperaturen können Besucher im Ruhehaus dem Knistern des Kaminfeuers lauschen oder im Schlafraum nur ein Stockwerk höher ein Nickerchen abhalten.  
[www.ueberlingen-bodensee.de](http://www.ueberlingen-bodensee.de)



### Alle Infos

Mehr Ideen für  
Gesundheitsurlaub gibt es hier:  
[www.heilbaeder-bw.de](http://www.heilbaeder-bw.de)  
[www.naturerholt.de](http://www.naturerholt.de)





BAD KROZINGEN

## Die Feinperlige

Das Mineral-Thermalwasser der Vita Classica ist besonders wohltuend: Die feinperlige Kohlensäure – die hier hoch konzentriert ist – dringt in das Gewebe ein, bringt die Durchblutung in Schwung und wirkt beruhigend auf Gefäße und Nerven. Im Wohlfühlhaus können Gäste Badekulturen anderer Länder kennenlernen und dabei entspannen. Wie wäre es zum Beispiel mit einer ayurvedischen Ganzkörpermassage im indischen Bad? [www.bad-krozingen.info](http://www.bad-krozingen.info)

BAD DITZENBACH

## Von der Therme in den Kräutergarten

Das gemütliche, romantische Heilbad Bad Ditzzenbach liegt im Oberen Filstal, einem der schönsten Täler der Schwäbischen Alb. Aus der Canisius-Quelle sprudelt stark kohlensäurehaltiges Wasser bis in die Vinzenz Therme – und sorgt für ein prickelndes und gesundes Badeerlebnis. Tipp: unbedingt einmal im Kräuterhaus Sankt Bernhard vorbeischaun. Dort gibt es einen sehenswerten Erlebnis-Kräutergarten – und viele Produkte aus heimischen Kräutern.

[www.badditzenbach.de](http://www.badditzenbach.de)







# So nah, so gut

Die Heilbäder und Kurorte im Land nutzen die Wirkung von Erde, Wasser und Luft für gesunde und erholsame Angebote vor der Haustür

MOOR, FANGO & CO

## Der Erde verbunden

Fango-Packungen, Torfbäder und Lehmwickel – das Element Erde tut gut. Bereits im 14. Jahrhundert waren Moorbäder bekannt für ihre heilende Wirkung. Heute weiß man: Die im Moor enthaltenen organischen Säuren und Mineralstoffe wirken gegen Entzündungen und stärken unsere Abwehrkräfte. Und auch die Wärme tut gut, denn sie entspannt müde Muskeln und regt Stoffwechsel und Durchblutung an. Neben Moor liegen heute auch andere Stoffe aus der Erde im Trend: Fango, Schlick, Lehm, Kalk – die Heilbäder in Baden-Württemberg benutzen die ganze Bandbreite wohltuender Schätze aus der Erde. Dazu gehört auch die Natur selbst: Schon mal probiert, wie angenehm das Barfußgehen auf weichem Waldboden ist? Oder doch lieber erst ins Moor? Dann geht's hier lang:



Bad Buchau am Federsee ist Mineral- und Moorheilbad. Es vereint die Kraft von Erde und Wasser

*BAD BUCHAU: Der Federseesteg ist einzigartig: Über den feuchten Moorgrund des Heilbads führt er durch Schilf und Feuchtwiesen zur Aussichtsplattform im See.*

*BAD WURZACH: In der Vitalium-Therme können Gäste ein Moorbad im nostalgischen Holzzuber nehmen. Dazu gibt's einen Gesundheits-Check oder Sekt.*





#### THERMAL- UND SOLEBÄDER

### Wasser – ein Lebenselixier

Es fließt, es erfrischt, es wärmt, reinigt und kann sogar heilen: Wasser ist ein wahres Wohlfühl-Elixier. Im Thermalwasser kann man sich treiben lassen, die Leichtigkeit des eigenen Körpers spüren und entspannen. Schon die Römer wussten um die wohltuende Wirkung des Wassers und errichteten erste Thermalbäder mit warmem Quellwasser aus dem Boden – viele davon im heutigen Baden-Württemberg. In keiner anderen Region Deutschlands gibt es so viele ausgezeichnete Heilbäder und Kurorte wie im Süden. Mineralien, Spurenelemente, Sole – in den Thermal- und Solebädern können Gäste im heilenden Wasser abtauchen und wohltuende Anwendungen buchen. Zum Beispiel hier:

**BAD SCHÖNBORN:** Zu den Thermal-Vitaltagen gehören u. a. zwei Übernachtungen, zwei Eintritte ins Thermal-Solebad und einer zur Salzgrotte.

**BAD WILDBAD:** Bei den dreitägigen Thermen-Träumen im Enztal besucht man u. a. das Palais Thermal. Auch eine Massage ist inklusive.



#### HEILKLIMATISCHE KURORTE

### Luft ist nicht gleich Luft

Ob in den Höhenlagen des Schwarzwalds oder den Tiefen der Bergwerksstollen: In Baden-Württemberg kann man ganz besonders tief durchatmen – und dabei Gesundheit und Erholung tanken. Denn frische Waldluft, ausgeglichene Temperaturen, Winde und Luftfeuchtigkeit können Körper und Seele heilen. 20 heilklimatische Kurorte gibt es in Baden-Württemberg. Reiz- und Schonklima wirken sich dabei gleichermaßen wohltuend auf die Gesundheit aus: Unser Immunsystem wird trainiert, Allergien und Asthma werden gelindert. Also einfach durchatmen – der Alltagsstress löst sich dabei ganz von selbst in Luft auf:

**SCHÖNWALD:** Waldbaden auf dem elf Kilometer langen Genießerpfad im mittleren Schwarzwald: gehen, abschalten und dem Wald zuhören. Eine grüne Auszeit inmitten reiner Luft.

**NEUBULACH:** Entspannen im Heilstollen im Nordschwarzwald. Reizfreie Luft einatmen, Klangschalenkonzerte, Atemübungen oder Lesungen unter Tage genießen.

### Mehr Infos und weitere Angebote

gibt es hier: [www.naturerholt.de](http://www.naturerholt.de)





# Alle Zeit der Welt

In einigen Jahrzehnten wird bei Meßkirch eine prächtige Klosterstadt stehen. Noch ist das beim Spaziergang über die Mittelalterbaustelle Campus Galli schwer vorstellbar. Doch die Bauten wachsen – Tag für Tag und ohne moderne Maschinen

📷 ANNA MONTERROSO CARNEIRO 📷 UDO BERNHART



**E**in lautes Klopfen hallt durch den Nadelwald, das Signal für den Arbeitsbeginn auf der Klosterbaustelle. Doch anders als erwartet hört man – fast nichts. Trotzdem arbeiten hier 25 Menschen: Sie flechten Körbe, höhlen Baumstämme aus, fertigen Nägel – alles in Handarbeit, ohne festen Zeitplan, ohne moderne Maschinen und deswegen wunderbar leise. Die Ruhe und Gelassenheit, die diese Art zu arbeiten mit sich bringt, überträgt sich auch auf die Besucher, die langsam über das Gelände gehen, hier und da stehen bleiben und den Handwerkern Fragen stellen.

„Wir bauen hier bei Meßkirch ein Kloster, das vor 1.200 Jahren entworfen, aber nie umgesetzt wurde“, erzählt Hannes Napierala, Archäologe und Geschäftsführer des Campus Galli. Der Bauplan sei ein Geschenk des Klosters Reichenau an den Abt von St. Gallen gewesen, der damals sein Kloster umbauen wollte, erläutert er. Das Original liegt in St. Gallen, darauf abgebildet sind 40 Gebäude, mit einer Abteikirche als Mittelpunkt. Dort ist auch das Grab des Heiligen Gallus eingezeichnet, daher der Name der Klosterstadt, Campus Galli, auf Deutsch „Hof des Gallus“.

### So wie damals ... aber wie?

„Wir verwenden ausschließlich Handwerks-techniken und Materialien aus dem 8. Jahrhundert“, erzählt Napierala weiter, „und da wir als Archäologen immer nur das fertige Produkt sehen und selten eine schriftliche Anleitung aus der Zeit vorliegen haben, müssen wir uns das alles erarbeiten. Das ist wahnsinnig spannend, aber auch langwierig.“ Die zu Beginn des Projekts angestellte Schätzung von 40 Jahren Bauzeit wurde deswegen schnell wieder verworfen. Die Idee für das Projekt hatte ein Aachener Journalist, nachdem er ein ähnliches Bauprojekt in Guédelon in Frankreich besucht hatte. Dort wird seit über 20 Jahren eine Burg aus dem 13. Jahrhundert nachgebaut.



Auf dem Campus wird alles selbst gemacht: vom Holzeimer (oben) bis zu den Strohseilen für die Dächer (Mitte). Auch Heilkräuter (unten) werden angebaut.







An der mechanischen Drehbank fertigt der Drechsler einen Deckel für ein Tongefäß an

Die Werkstätten, die heute auf dem Campus zu besichtigen sind, werden wieder abgebaut, sobald sie ihren Zweck erfüllt haben. Auch die wunderschöne Holzkirche ist nur eine Art Zwischen-Gotteshaus. In einigen Jahrzehnten wird sie von der steinernen Abteikirche abgelöst. Bis dahin thront die Kirche auf ihrer kleinen Lichtung und scheint sich ihrer Bedeutung trotz der Vergänglichkeit ganz bewusst zu sein. Das mag an der Liebe liegen, die beim Bau in jeden noch so kleinen Winkel gesteckt wurde.

### Alles mit Bedacht

Drei Jahre wurde an dem neun Meter hohen Gotteshaus gearbeitet. „Eine große Herausforderung, da wir damals noch kaum Erfahrungen mit Holz hatten. Wir mussten lernen, die Bäume zu lesen“, erzählt Hannes Napierala. Schon vor dem Fällen kann man nämlich sehen, ob das Holz für den gedachten Zweck geeignet ist, wie eng die Jahresringe stehen und ob es etwas aushält. „Die meisten Bäume sind viel älter als wir“, erzählt der Archäologe nach



## **Die Philosophie auf dem Campus: Die Arbeit ist dann fertig, wenn sie gut ist!**

Hannes Napierala, Geschäftsführer

einer kurzen Pause weiter, „und wenn man eine 200-jährige Eiche fällt, dann will man nicht, dass sie anschließend im Wald vermodert.“

Da jeder Nagel, ja sogar jeder Hammer hier selbst hergestellt wird, ist bedächtiges und präzises Arbeiten eine der ersten Lektionen auf der Klosterbaustelle. Auf dem Campus gibt es keinen Terminplan. Die Arbeit ist dann fertig, wenn sie gut ist! Das ist einer der Gründe, warum die Mitarbeiter auch keine Uhren tragen. Für sie ist der Aufenthalt auf dem Campus zeitlos. Der Arbeitstag wird durch das Schlagen auf der Tabula, dem Klangholz im Turm neben der Kirche, begonnen und beendet. Zum Mittagessen läutet die Glocke. Dann legen die Handwerker ihr Werkzeug zur Seite und machen sich auf den Weg zu einem unauffälligen Tor. Mittelalterlich gewandt verlassen sie das Gelände, um im Pausenraum eine Stunde in der Gegenwart zu verbringen. ■



### **Tipp:**

Wer nicht nur schauen, sondern selbst auf dem Campus mitarbeiten möchte, kann sich als ehrenamtlicher Helfer melden und ein paar Wochen an der Klosterstadt mitbauen.

[www.campus-galli.de](http://www.campus-galli.de)



# Entspannendes Thermen-Hopping

Unberührte Natur, sprudelndes Thermalwasser und idyllische Kurstädtchen: So vielfältig präsentiert sich die Gesundheitsregion Oberschwaben-Allgäu und bietet mit regionalen Heilmitteln, wie Moor und heißen Quellen, modernen Wellness-Angeboten und Gastgebern mit Herz den optimalen Rahmen für erholsame Ferien.



## Bad Saulgau: fünf Wellness Stars für besten Komfort

In Bad Saulgau fließt schwefelhaltiges Thermalwasser aus einer Tiefe von 650 Metern direkt in die Becken der Therme. Darüber hinaus lädt eine große Saunalandschaft zum Entspannen ein. Ausgezeichnet mit fünf Wellness Stars ist bester Komfort garantiert. [www.sonnenhof-therme.de](http://www.sonnenhof-therme.de)

## Bad Waldsee: Heißer wird's nicht in Oberschwaben

Aus fast 2.000 Metern Tiefe sprudelt hier mit 65 Grad Celsius das Wasser



der heißesten Thermalquelle Oberschwabens empor. Doch keine Sorge: Für die vier Innen- und zwei Außenbecken der Waldsee-Therme wird es auf wohlige 28 und 37 Grad abgekühlt. Geschwitzt werden kann nach Wahl – ob soft, mit Infrarot oder typisch finnisch mit bis zu 95 Grad. [www.waldsee-therme.de](http://www.waldsee-therme.de)

## Biberach an der Riß: Thermenhotel Parkhotel Jordanbad



Das familiengeführte 4-Sterne-Parkhotel Jordanbad inmitten einer Parkanlage, an einem jahrhundertealten Kneippport, bietet alle Vorzüge eines modernen Wellnesshotels. Als Hotelgast ist der Eintritt in die mit dem Hotel verbundene 6.000m<sup>2</sup> große Therme Jordanbad mit 3.000m<sup>2</sup> großem Saunadort inklusive. Ob Badespaß mit den Kleinen, Entspannung in den Saunahütten oder im warmen Thermalwasser – hier geht der Traum von Wellness und Erholung in Erfüllung. [www.jordanbad-parkhotel.com](http://www.jordanbad-parkhotel.com)



## Bad Buchau: Entspannung in der Birkensauna

Mitten im größten Naturschutzgebiet Süddeutschlands kann man sich im wohligen warmen Heilwasser entspannt zurücklehnen. In der Adelindis Therme in Bad Buchau findet man immer ein Plätzchen, um sich vom Alltagsstress zu erholen. Gäste freuen sich auf acht Thermalbecken mit Bodensprudlern, Rückenmassagedüsen und Sprudelliegen. Im großen Saunabereich kann man in sechs Saunen schwitzen. [www.adelindistherme.de](http://www.adelindistherme.de)

## Aulendorf: Wellness unter einer offenen Kuppel

Die Schwaben-Therme Aulendorf ist vor allem wegen ihrer Glaskuppel, die im Sommer oft geöffnet ist, imposant. Neben einer großen Thermen- und Saunalandschaft gibt es auch ein Spaß- und Aktivbad, in dem sich Familien wohlfühlen. Tipp: Wer sich im Thermal-Hotel einquartiert, geht im Bademantel in die Wasser- & Saunaoase. [www.schwaben-therme.de](http://www.schwaben-therme.de)



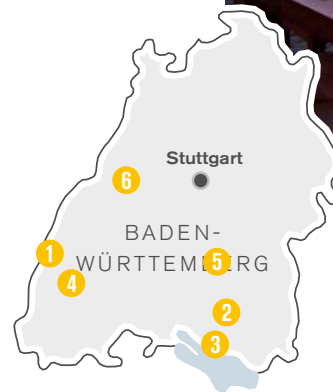
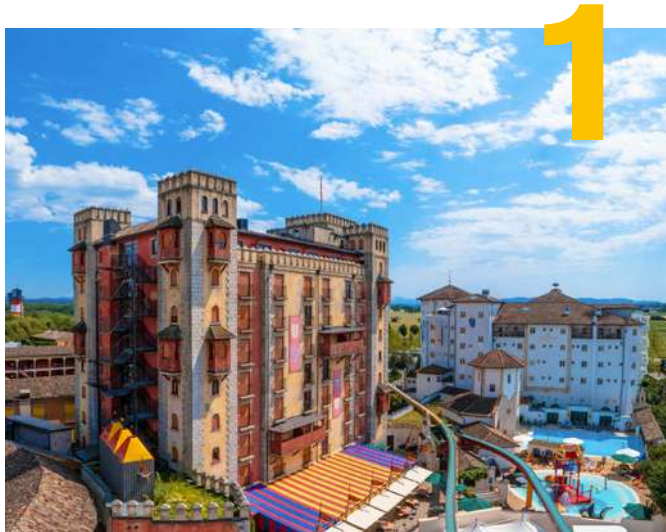
## Mehr Ideen zu Oberschwaben

findet man unter: [www.oberschwaben-tourismus.de](http://www.oberschwaben-tourismus.de) und [www.gesundheitsregion-oberschwaben.de](http://www.gesundheitsregion-oberschwaben.de)



# IN EINER BESSEREN WELT TRÄUMEN

Mit ruhigem Gewissen den Urlaub genießen – das geht am besten in Unterkünften, die auf Nachhaltigkeit setzen. Einige besonders schöne und interessante Hotels und Gasthäuser stellen wir hier vor



## EUROPA-PARK

### Nachhaltig Spaß haben

Wer in einem der sechs Hotels des Europa-Park in Rust einkehrt, der kann nicht nur in Deutschlands größtem Freizeitpark mehrere Tage am Stück Spaß haben, sondern ist auch nachhaltig unterwegs. Fünf Hotels sind bereits mit dem „Dehoga Umweltcheck“ ausgezeichnet, das 2019 eröffnete Museumshotel „Krönasår“ soll folgen. Auch der Europa-Park selbst setzt auf Natur: 2.000 Bäume, 18.000 Wildsträucher und 60.000 Blumen wurden zuletzt rund um die Wasserwelt Rulantica gepflanzt, 158 Nistkästen und ein Wild- und Fledermauskorridor eingerichtet sowie Bienenvölker angesiedelt. [www.europapark.de/nachhaltigkeit](http://www.europapark.de/nachhaltigkeit)



## BIOHOTEL MOHREN

### Zutaten vom eigenen Gut

Der Chef des Biohotels Mohren in Limpach nördlich des Bodensees ist nicht nur Hotelier, sondern auch Landwirt und Koch. Die Zutaten, die er in der Hotelküche zu Köstlichkeiten verarbeitet, stammen vom eigenen Bioland-zertifizierten Gutshof. Wer mag, kann die Aberdeen-Angus-Rinder auf der Weide besuchen oder durch die Streuobstwiesen spazieren. [www.mohren.bio](http://www.mohren.bio)





BURGUNDERHOF

## Zum Abendessen ein Glas Biowein

3

Genießer lassen sich den hauseigenen Ökowein schmecken, und aus der Destillerie kommen Brände aus Bio-Obst und der legendäre „Mile High 69“-Gin: Etwas Luxus, die umliegenden Weinberge und die Tatsache, dass es sich um einen Biobetrieb handelt, machen den Urlaub im Burgunderhof Hagnau zu etwas Besonderem. Seit 2015 wirtschaftet das Hotel klimaneutral. [www.burgunderhof.de](http://www.burgunderhof.de)

## HOTEL SCHWARZWALD PANORAMA CO2-neutraler Ausblick

Das Hotel Schwarzwald Panorama in Bad Herrenalb ist fast zu 100 Prozent nachhaltig – nachzulesen im Deutschen Nachhaltigkeits-Kodex und bestätigt durch Auszeichnungen. So lassen sich der herrliche Ausblick vom Strand der Sonnenterrasse und das biozertifizierte Slow Food gleich noch mehr genießen. [www.schwarzwald-panorama.com](http://www.schwarzwald-panorama.com)



6

+

## Alle Infos

Noch mehr Ideen für nachhaltige Hotels, Pensionen und Ferienwohnungen gibt es hier: [www.tourismus-bw.de](http://www.tourismus-bw.de)

## GREEN CITY HOTEL VAUBAN

### Es grünt so grün

Schon die Holzfassade des Green City Hotels in Freiburg signalisiert den ökologischen Anspruch: Grün ranken die Kletterpflanzen empor. Hier genießen Gäste nachhaltigen 3-Sterne-Service – nur die Minibars auf den Zimmern sucht man aus Energiespargründen vergeblich. [www.green-city-hotel-vauban.de](http://www.green-city-hotel-vauban.de)



4



## BIOHOTEL ROSE

### Bio-Pionier auf der Alb

Das Hotel Rose wirtschaftet bereits seit 1950 nachhaltig und ist damit das erste Biohotel auf der Schwäbischen Alb. Die Zimmer sind wahre, nach verschiedenen Themen eingerichtete, Wohlfühlöasen. In Kooperation mit den Bauern der Region kommt hier nur allerfeinste Bioküche auf den Tisch. Und die hauseigene Genussmanufaktur stellt feine Bioprodukte her, die's im Online-Shop zu kaufen gibt. [www.tress-gastronomie.de](http://www.tress-gastronomie.de)





**D**ie Äpfel brauchen genau das: den Nebel, damit die Bäume im Winter zur Ruhe kommen. Das späte Frühjahr, damit keine Fröste die Blüte gefährden. Die so wasserreichen wie sonnigen Sommer, damit die Früchte reifen können. Und Menschen, die ihre Heimat und den Apfelanbau lieben, so wie Lisa und Erich Röhrenbach. Die beiden legen die reifen Äpfel fast so vorsichtig in den Erntekorb, als wären es rohe Eier.

Mit der Hebebühne fahren Vater und Tochter im Schneckentempo durch eine der Apfelreihen, die mit dunklen Netzen gegen Hagel und zu viel Sonne geschützt sind. Und pflücken von Hand Gravensteiner, die der Apfelhof in Kippenhausen bei Immenstaad eher aus Liebhaberei anbaut. Dabei war die alte Sorte einst sehr verbreitet in der Region. Weil die Gravensteiner intensiv duften, weil sie saftig sind und würzig schmecken. Gleichzeitig ist dieser Apfel anspruchsvoll, und er wächst auch nicht immer kugelrund. Stoßempfindlich ist er auch noch.



Der Bodensee – Urlaubsregion mit einem Hang zum Obstanbau



Lisa und ihr Vater  
Erich Röhrenbach  
bei der Apfelernte



# Apfelanbau mit Liebe und Herz

Zu Besuch auf dem Apfelhof der Familie  
Röhrenbach in Kippenhausen am Bodensee

✂ CHRISTIANE WÜRTEMBERGER 📷 DIETMAR DINGER





Viele Wander- und Radwege führen durch Weinhänge und Apfelplantagen



Ferien am Apfelhof – Familie Röhrenbach hat auch Ferienwohnungen

Erich und Evi Röhrenbach sowie Tochter Lisa, die mittlerweile in den Betrieb eingestiegen ist, führen ein kleines Unternehmen in Immenstaad, das ein Familienbetrieb im besten Sinne ist – alle sind mit Herz und Verstand dabei und ziehen an einem Strang. Landwirt Erich Röhrenbach baut hier, im zweitgrößten Apfelanbaugebiet Deutschlands, mehr als zehn Apfelsorten an, dazu Birnen, Zwetschgen und Kirschen. Die Familie hat zudem sechs komfortable Ferienwohnungen samt Sauna eingerichtet, um die sich vor allem Evi kümmert. Und Tochter Lisa packt überall mit an, macht sich über neue Produkte und das Marketing Gedanken. An einem

kleinen Stand mit Vertrauenskasse kann man sich direkt am Hof mit frischem Obst eindenken. Und wer noch mehr probieren möchte, der kommt einfach zu einer der Schnapsverkostungen in die wunderschöne, neue Schaubrennerei – Obstbrände sind nämlich eine weitere Leidenschaft von Erich Röhrenbach.

## Ein Apfelcidre für warme Tage am Bodensee

Äpfel, das bestätigen Vater und Tochter einhellig, bekommt man einfach nicht über. Weder das Obst, noch das Thema – den beiden fällt immer etwas Neues ein. Zuletzt hatte Lisa die Idee zu einem Apfelcidre aus der rotfleischigen Sorte „Red Moon“. Das Getränk hat nicht viel Alkohol und passt perfekt zu heißen Sommertagen am Bodensee. Am schönsten genießt man es natürlich mit Blick aufs Wasser. „Ich verstehe schon, warum so viele Menschen hier Ferien machen möchten“, schwärmt Erich Röhrenbach, „die Landschaft ist einzigartig – und wenn dann an klaren Tagen noch die Alpen zu sehen sind, ist das einfach wunderschön.“ Sagt er, lächelt und schenkt noch mal eiskalten Apfelcidre nach. ■



”

**Für unsere Brände und den Cidre verwenden wir nur die schönsten Früchte – die haben das beste Aroma.“**

Erich Röhrenbach, Apfelbauer



## Mehr Infos über den Apfelhof

bekommt man hier:

[www.apfelhof-bodensee.de](http://www.apfelhof-bodensee.de)

## Ab Mitte September starten

jedes Jahr die Apfelwochen am Bodensee, mit vielen Genussevents. [www.echt-bodensee.de](http://www.echt-bodensee.de)



## Im Wasser, im Glück, im Flow

Alles fließt! Am Bodensee dreht sich der Urlaub ganz um frisches, klares, herrlich sauberes Wasser. Einfach mal reinspringen! In seine blaue Unendlichkeit hineinkrauln, auf sonnenwarmen Holzstegen dösen oder auf dem Wasser aktiv werden – beim Surfen, Kiten und Wakeboarden, beim Kanu- und Kajakfahren, Stand-up-Paddling und Tauchen. Oder wie wär's mit einer Runde Tretboot? Mit einer Dampferfahrt? Eines ist sicher: Das große Plätschern ist Balsam für Körper und Seele.

[www.echt-bodensee.de](http://www.echt-bodensee.de)




### **Der besondere Tipp**

#### SUP-YOGA

Warum nicht mal die Yogamatte mit dem SUP-Board vertauschen? Yoga auf dem Wasser verbindet Training, Meditation, Naturerlebnis. Und sorgt für Gleichgewicht! [www.yoga-shala-bodensee.de](http://www.yoga-shala-bodensee.de)





Nicht nur aus der Luft betrachtet hat die Mainau südliches Flair – es wachsen dort auch viele exotische Pflanzen

# Die Blumeninsel

Nach der Saison ist vor der Saison: Die Mainau ist das ganze Jahr über toll für Familien und ein traumhaft schönes Ziel für alle, die Pflanzen lieben. 2021 gibt's zudem viele Extra-Events rund um den Bodensee

**E**intauchen in die Natur: Das Gartenjahr auf der Blumeninsel Mainau startet mit rund einer Million Tulpen und anderen Frühlingsblumen. Rhododendren und duftende Rosen versüßen die Sommermonate, und im Herbst sorgen über 11.000 Dahlien auf der Insel im Bodensee für bunte Tupfer. Und im Winter? Da verwandelt sich die Mainau in einen magischen, stillen Wintergarten. Das beliebte Ausflugsziel lädt ganzjährig Besucher ein, den hektischen Alltag zu vergessen und sich bewusst an den Schönheiten und der Stille dieser gestalteten Natur zu erfreuen. Ein besonderes Augenmerk sollten Gäste im Park auf das Arboretum richten – seit der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts wurden auf der privaten Insel Mainau exotische und seltene Gehölze gepflanzt, heute sind es etwa 250 Arten. Gartenkulturell besonders spannend wird die Sommersaison 2021, denn dann starten rund um den Bodensee gleich zwei interessante Events für Gartenfreunde: die Landesgartenschau in Überlingen und die Gartenschau in Lindau. Außerdem gibt es rund um den Bodensee auch einige sehenswerte länderübergreifende Parks.

Neben Natur- und Garteninteressierten sowie Erholungssuchenden kommen viele Familien auf die Insel, denn auch für kleine Besucher wird dort jede Menge Spannendes geboten. Kinder können im Mainau-Kinderland spielen, zu dem die Abenteuerspielplätze „Zwergendorf“, „Wasserwelt“ und „Blumis Uferwelt“ ebenso gehören wie ein Bauernhof mit Streichelzoo, Ponyreiten und Blumentieren. Der Insekten-

garten informiert über das Leben der Bienen. Tipp: Bei der Schatzsuche haben Familien die Möglichkeit, die Insel zu erkunden und mit Mainau-Maskottchen Blumi Rätsel zu lösen – auf erfolgreiche Schatzsucher wartet ein Finderlohn! ■

## Weitere Infos zur Mainau:

bekommt man hier: [www.mainau.de](http://www.mainau.de)

Noch grüner wird's hier:

[www.gartenjahr2021.eu](http://www.gartenjahr2021.eu)



Frühlingserwachen auf der Insel Mainau: Tulpen und Co. machen den Park bunt





Das Sophianeum liegt hoch über dem Jagsttal

## HOHENLOHE

### Kommt rein, das Gartentor steht offen!

Durch fremde Gärten kann man hier ganz entspannt spazieren. Man darf sich von Stauden und Gehölzen, Sichtachsen und verwunschenen Sitzecken inspirieren lassen, ohne ans Unkrautjäten zu denken. In Hohenlohe haben sich knapp 30 Privat-, Kloster- und Schlossgärten zu einem Netzwerk zusammengeschlossen. Die grünen Kleinode, die zum Hohenloher Gartenparadies gehören, öffnen ihre Tore für Besucher, bieten teilweise auch Rundgänge oder Workshops an. Wie etwa das Sophianeum in der Alten Hofapotheke in Langenburg (Bild). Renate S. Deck hat unter anderem naturnahe Lyrikführungen im Programm.

[www.hohenloher-gartenparadies.de](http://www.hohenloher-gartenparadies.de)

## GARTENSCHAU EPPINGEN

### Der Sommer, die Stadt und du!

In Eppingen im Herzen des Kraichgaus entsteht ein neuer, stadtnaher Naturraum: Vom 7. Mai bis zum 12. September 2021 erleben Besucherinnen und Besucher dort bei der Gartenschau ein zehn Hektar großes Erlebnisareal direkt angrenzend an die Altstadt. Abwechslungsreiche Geländepunkte, ein renaturierter Bachlauf sowie das vielseitige Veranstaltungs- und Ausstellungskonzept sollen die Gartenschau für alle Generationen spannend und erlebbar machen. Dabei wurde das Großevent, das das Motto „Der Sommer, die Stadt und du!“ trägt, als zukunftsorientiertes Projekt für Eppingen geplant: Eine Menge neuer Orte zum Verweilen und Draußensein im Grünen sind entstanden und werden auch bleiben. Außerdem liegt bei der Gartenschau ein wichtiger Fokus auf den Themen Umwelt, Klima und Nachhaltigkeit.

[www.gartenschau-eppingen.de](http://www.gartenschau-eppingen.de)



Eppingen gestaltet ein Areal bei der Altstadt neu





# Der Fischer und seine Schafe

Mehr als 250 Tiere leben mit Norbert Fischer auf  
seinem Hof in Langenburg in Hohenlohe. Aus  
ihrer Milch stellt der Schäfer feinen Schafmilchkäse  
in Handarbeit her

✍ ANNA MONTERROSO CARNEIRO 📷 UDO BERNHART





Norbert Fischer liebt seine  
Tiere – und Aussichten wie  
die auf Schloss Langenburg





**W**ütend stampft sie auf und erzeugt dabei eine kleine Staubwolke. Unbeeindruckt blickt Norbert Fischer in ihre funkelnden Augen. Mit dem kleinen Turm aus Heu, der auf ihrem weißen Lockenschopf thront, sieht seine Kontrahentin wirklich nicht sehr einschüchternd aus. „Dann gehe ich dir mal lieber aus dem Weg“, gluckst Norbert gut gelaunt, macht ein paar Schritte zurück und steigt wieder über den Holzzaun aus dem Gehege. Die alte Schafdamme, die Norbert soeben erfolgreich von ihrem Frühstück vertrieben hat, taucht mit ihrem Kopf in den Heuhaufen und beginnt zu fressen. Sie ist nicht das einzige Schaf, das ein kleines Proviant-Hütchen mit sich herum trägt. Unnötig, warten da draußen doch die saftigen Weiden Hohenlohes auf sie.

Norbert Fischers Demeter-Hof liegt zwischen Feldern und Wiesen im Nordosten Baden-Württembergs. Anfang der 1980er-Jahre



Frisches Heu im Stall, feine Käse auf dem Teller – so passt es für alle

pachtete der gebürtige Nürnberger einen kleinen Hof in Langenburg, kaufte zwei Schafe und begann, Käse herzustellen. 20 Jahre und 250 Schafe später erwarb er ein großes Stück Land oberhalb der Stadt und baute seinen Hof. Mit großer Scheune, einer Käserei, einem Hofladen und Wohnhaus. Alles aus Holz und Glas, mit bunten Blumenwiesen auf den Dächern und viel Liebe in jedem Winkel.

## Mediterraner Käse aus Hohenlohe

Schwarze Kutte aus, weiße Schürze an, und Norbert betritt die feuchtwarme Käserei. Heute macht er Robiola, einen feinen italienischen Weichkäse, den er auf dem Wochenmarkt verkauft. Dafür erhitzt er die morgenwarme Schafmilch und bringt sie mit Lab, einem Enzym aus dem Schafmagen, zum Stocken. Hätte die Milch gewusst, was jetzt auf sie zukommt, wäre sie



”

## Aus Schafmilch kann man auch feines Eis herstellen.“

Norbert Fischer, Langenburg

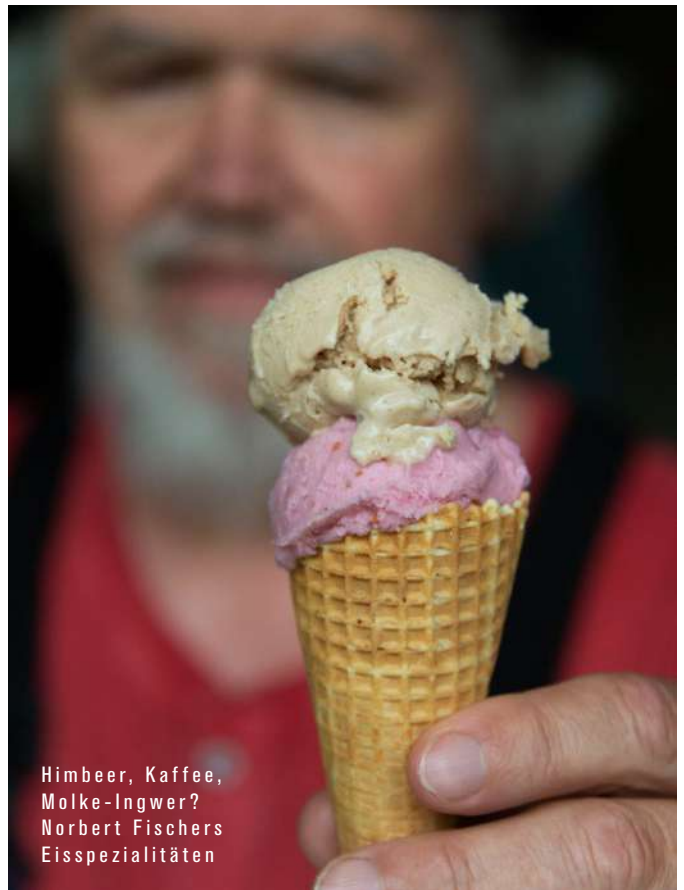


Alles zu seiner Zeit: Ein guter Hartkäse reift sechs bis zwölf Monate

Die 250 Schafe sind tagsüber draußen

heute Morgen lieber im Schaf geblieben. Denn nun wird sie zerschnitten, 20 Minuten lang durcheinander gewirbelt und dann auch noch durch die Luft geschleudert.

Die götterspeise-ähnliche Käsemasse schneidet Norbert mit zwei Käseharken – quadratischen Metallgestellen – einmal quer und einmal längs durch. Dadurch löst sich die Molke vom sogenannten Käsebruch. Das anschließende Rühren treibt immer mehr Flüssigkeit aus dem Käse und lässt ihn fester werden. Um zu testen, ob der Bruch fest genug ist, legt Norbert ein paar Würfel auf seine Handfläche und lässt sie auf und ab wippen. Die Konsistenz scheint gut zu sein, denn mit einem zufriedenen Nicken beginnt der Schäfer, den Bruch in die viereckigen Käseformen zu füllen. Um auch den letzten Rest Molke aus dem Käse zu vertreiben, stellt



Himbeer, Kaffee,  
Molke-Ingwer?  
Norbert Fischers  
Eisspezialitäten

Norbert die kleinen Formen, eine nach der anderen, mit einem lauten Knall auf den Kopf.

Wie er all das gelernt hat? Wenn Norbert ein Käse gut schmeckt, liest er sich in seine Herstellung ein und probiert herum, bis alles passt. In den vergangenen 30 Jahren sind so unter anderem aromatischer Pecorino, sanft schmelzender Camembert und kräftiger Blue-Grey in sein Käseportfolio gekommen. Alle handgemacht und original aus dem Nordosten Baden-Württembergs. ■

### Alle Informationen

über die Schafmilch-Käserei und Reise-Ideen für das nördliche Baden-Württemberg findet man hier: [www.schafskaese.com](http://www.schafskaese.com)  
[www.hohenlohe.de](http://www.hohenlohe.de)





MOO EISMANUFAKTUR

## Heumilcheis im Schlosshof

Heumilch ist besonders wertvoll, weil reich an Omega-3-Fettsäuren: Den Sommer verbringen Martina Nina Sohl's Heumilchkühe auf heimischen Weiden rund um das Schloss Kirchberg in Hohenlohe. In ihrer Demeter-Eismanufaktur stellt sie mit der Heumilch als wichtiger Zutat von Hand gemachtes Eis her, das unter anderem nach Karamell-Fleur-de-Sel, Schoko-Chili oder Kokosblüten schmeckt. [www.moo.bio](http://www.moo.bio)

## WAS ZEIT BRAUCHT, WIRD AUCH GUT

Feines Brot, edle Tropfen, leckerer Käse: Wohlgeschmack gibt es nicht auf Knopfdruck. Produkte, die Zeit haben, reifen in aller Ruhe und sorgen für besonders geschmackvolle Erlebnisse im Urlaub

BRENNEREI FETSCHER OBERSCHWABEN

## Schluck für Schluck ein Genuss



Feine Destillate, die auf traditionelle Weise erzeugt werden, gibt es bei Gerhard Fetscher aus Hoßkirch. Seine Streuobstwiesen bringen Obstsorten hervor, die in der industriellen Landwirtschaft schon lange keine Rolle mehr spielen. Die Birnen- und Apfel-Brände sowie Obst-Geiste verköstigt der Edelbrand-Sommelier auch zu individuellen Terminen – etwa im hauseigenen Gasthaus Engel. [www.gf-destillate.de](http://www.gf-destillate.de)



ALB-SAFRAN

## Eine Besonderheit von der Schwäbischen Alb

Safran mit seinem aromatisch, herb-würzigen Geschmack wird gern zum Aromatisieren von Reisgerichten, Meeresfrüchten oder Süßspeisen verwendet. 90 Prozent der Weltproduktion stammen aus dem Iran, ein winziger Anteil von der Schwäbischen Alb. Dort wird Safran ohne künstlichen Dünger in Sonnenbühl angebaut. [www.alb-safran.de](http://www.alb-safran.de)



## 4 ESELSMÜHLE So schmeckt frisch gebacken

Eine Eselfamilie, die zur Stammebelegschaft der Mühle gehört, acht Holzöfen, in denen Demeter-Brot gebacken wird und ein komplexes Zusammenspiel von Teig, Holz, Hitze und Lavasteinen. Klingt nach guter alter Zeit und richtig gutem Brot. Ist in der Eselsmühle aber zum Glück hochaktuell. Einfach in der Mühlenstube in Musberg bei Stuttgart vorbeikommen und selbst genießen. [www.eselsmuehle.com](http://www.eselsmuehle.com)

## KÄSKÜCHE ISNY

### Selbst gemacht ist gut

Alles Allgäuer Bergkäse, den die Käsküche Isny aus Isny im Allgäu da macht. Artgerechte Kuhhaltung und ökologisch angebautes Futter bringen eine Biomilch hervor, die die Hauptzutat von wohlgeripptem Adelegger, Isnyer Ur-Bergkäse oder Allgäuer Zitronenpfeffer ist und für ausgeprägte Geschmackserlebnisse sorgt. [www.kaeskueche-isny.de](http://www.kaeskueche-isny.de)

+

### Alle Infos

zu Produkten,  
die Zeit brauchen,  
bekommt man hier:

[www.tourismus-bw.de](http://www.tourismus-bw.de)



## ROTHAUS: SLOW BREWING

### Auf die langsame Art

Den Schwarzwald im Glas verspricht die Badische Staatsbrauerei Rothaus für Tannenzäpfle und Co. Seinen würzigen Geschmack verdankt das Bier dem heimischen Aromahopfen und Malz sowie Quellwasser aus dem Hochschwarzwald. Und damit es richtig gut wird, verzichtet die Brauerei auf eine beschleunigte Lagerung und eine forcierte Gärung. [www.rothaus.de](http://www.rothaus.de)





# Auszeit in der City

Neues entdecken, in den Trubel eintauchen:  
Beim Städtetrip erlebt man viel in kurzer Zeit.  
Aber zwischendurch kann man hier  
auch mal durchatmen und entschleunigen





1 MANNHEIM

## Auf eine Tasse Tee in China

„Man trinkt Tee, um den Lärm der Welt zu vergessen“, lautet eine alte chinesische Weisheit. Im Mannheimer Luisenpark, dem grünen Herz der Stadt am Neckarufer, kann man in einem nach der Feng-Shui-Philosophie gestalteten Chinesischen Garten mit Teehaus zwischen mehr als 30 Sorten wählen. Und derweil in die Welt Asiens eintauchen. [www.luisenpark.de](http://www.luisenpark.de); [www.visit-mannheim.de](http://www.visit-mannheim.de)

2 FREIBURG

## Rundherum Natur

Ein südliches Klima und ganz viel reizvolle Natur vor der Tür: Inmitten des Dreiländer- ecks und der Landschaft des Schwarzwalds (links) kommt man in der HealthRegion Freiburg bestens zur Ruhe und tankt neue Energie. Die Wellness-Experten kombinieren Spitzenmedizin mit einer ganzheitlichen Sicht auf den Menschen. So kann man entspannen und auf ebenso individuelle wie innovative Behandlungsmethoden vertrauen. [www.healthregion-freiburg.de](http://www.healthregion-freiburg.de)

3 BADEN-BADEN

## Eine Wohltat, auch fürs Auge



Der Körper relaxt im warmen Thermalwasser, die Augen gehen derweil in der anmutig schönen Kuppel spazieren: Das Friedrichsbad in Baden-Baden galt bei seiner Eröffnung 1877 als modernstes Bad Europas – und hat seitdem an Charme nicht verloren. Hier genießen Gäste römische Badekultur in einer Kombination mit irischer Badetradition. Wie das geht? Am besten erlebt man's beim Rundgang mit 17 Stationen einmal selbst. [www.baden-baden.com](http://www.baden-baden.com)





#### 4 KARLSRUHE

### Unsere Natur ist die Stadt

Die NaturRADtour Karlsruhe lädt dazu ein, die grüne Metropole vom Sattel aus zu entdecken. Der Rundweg um den Stadtkern verbindet viele Schutzgebiete und Naturräume. Die zehn Etappen ohne Steigungen sind 48 Kilometer lang. Auch am Schlosspark (Bild) radelt man vorbei. [www.karlsruhe-tourismus.de/rad](http://www.karlsruhe-tourismus.de/rad)



#### 5 ULM

### Grüne Linien

Die beeindruckende Bundesfestung in Ulm war Mitte des 19. Jahrhunderts die größte Festungsanlage in Deutschland. Heute geht man auf dem 12 Kilometer langen Festungsweg, der die Innenstädte Ulms und Neu-Ulms umschließt, spazieren und besichtigt unterwegs die erhaltenen Bauten. Gleichzeitig ist die Rundtour in den Ulmer und Neu-Ulmer Park- und Grünanlagen erholungsam.

[www.tourismus.ulm.de](http://www.tourismus.ulm.de)



#### 6 STUTT GART

### Weinwärts

Idyllische Pfade durch die Rebhänge und tolle Aussichten – auf dem Stuttgarter Weinwanderweg entkommen Weininteressierte und Naturmenschen dem Stadttreiben und entdecken dabei die besten Weinlagen rundum. Höhepunkt: die grandiose Sicht von der Grabkapelle auf dem Württemberg. [www.stuttgarter-weinwanderweg.de](http://www.stuttgarter-weinwanderweg.de); [www.stuttgart-tourist.de](http://www.stuttgart-tourist.de)



#### 7 HEIDELBERG

### Kloster-Auszeit

Im sonnigen Neckartal liegt die Benediktinerabtei Stift Neuburg bei Heidelberg. Die Mönche dort haben einfache Zimmer für Menschen eingerichtet, die eine Auszeit oder Hilfe auf ihrem spirituellen Weg suchen. Eine Teilnahme an den gemeinsamen Mahlzeiten und Gebeten ist möglich. Es gibt auch ein Gasthaus und eine Biobrauerei.

[www.stift-neuburg.de](http://www.stift-neuburg.de),  
[www.heidelberg-marketing.de](http://www.heidelberg-marketing.de)





## Mehr Infos

und Reise-Ideen zu den  
Städten unter  
[www.tourismus-bw.de/  
Staedte](http://www.tourismus-bw.de/Staedte)



## 8 HEILBRONN

### Ganz weit weg vom Alltag

Deutschlands größtes Science Center experimenta lädt ein zu einer wissenschaftlichen Entdeckungsreise, bei der Besucher die normale Alltagswelt einmal weit hinter sich lassen dürfen. Auf 25.000 Quadratmetern experimentieren und tüfteln große und kleine Gäste nach Herzenslust – an etwa 275 interaktiven Mitmachstationen, in vier Kreativstudios, neun Laboren, einer Sternwarte und im Science Dome mit seinen Wissenschafts-Shows. [www.heilbronn.de](http://www.heilbronn.de)



## 9 PFORZHEIM

### Hier geht's los

Einen kleinen Städtetrip mit einer Wandertour verbinden? Geht in der Goldstadt Pforzheim mit ihrer Weltklasse-Ausstellung im Schmuckmuseum bestens: An der Goldenen Pforte im Südwesten Pforzheims starten gleich drei wichtige Fernwanderwege: der West-, Mittel- und der Ostweg, die den Schwarzwald von Nord nach Süd durchqueren. Wer gar nicht so hoch hinaus möchte, der bleibt einfach innerhalb der Stadtgrenzen: Denn auch dort stehen über 100 Kilometer Wander- und Radwege zur Verfügung. Also, einfach mal einen Gang runterschalten ... [www.pforzheim.de](http://www.pforzheim.de)



# Service & Kontakt

Von zu Hause aus den Urlaub planen? Folgen Sie uns auf Instagram, Facebook und Twitter – und bestellen Sie kostenfrei die passende Broschüre für Ihre nächste Reise in den Süden

## KONTAKT

**Tourismus Marketing GmbH  
Baden-Württemberg**

Esslinger Straße 8, 70182 Stuttgart  
Tel. +49 (0) 711/ 23 85 80  
info@tourismus-bw.de

[www.tourismus-bw.de](http://www.tourismus-bw.de)

[#visitbawu](#) [#naturebawu](#)



## DIGITAL

Fotos, die Lust auf Urlaub machen?  
Tipps und Ideen für die Reise?  
Gibt's bei uns auf vielen Kanälen:

[facebook.com/wirsindsueden](https://facebook.com/wirsindsueden)

[instagram.com/visitbawu](https://instagram.com/visitbawu)

[twitter.com/visitbawu](https://twitter.com/visitbawu)

## BROSCHÜREN

Wellness, Kultur, Radfahren,  
Wandern, Weingenuss?  
Auf unserer Website finden  
Sie viele Broschüren, die sich  
speziellen Urlaubsthemen  
widmen. Zu bestellen kostenfrei  
unter: [www.tourismus-bw.de](http://www.tourismus-bw.de)



## IMPRESSUM

**Süden. Das Urlaubsmagazin  
für Baden-Württemberg,**  
Ausgabe 2021

**Herausgeber:** Tourismus Marketing  
GmbH Baden-Württemberg, Esslinger  
Str. 8, 70182 Stuttgart,  
**V.i.S.d.P.:** Andreas Braun,  
**Projektleitung:** Verena Albrecht,  
Thomas Beyrer, Dr. Martin Knauer

**Magazin-Konzeption, Redaktion,**  
**Grafik: Cross Media Redaktion:**  
Joachim Negwer, Felix Negwer,  
Christiane Würtenberger, Anne  
Schübler, Anna Monteroso Carneiro,  
Christian Calmano, Horst Schröder,  
Artredirektorin: Maja Schollmeyer,  
Lektorat: Nadia Al Kureischi,  
[www.cross-media-redaktion.de](http://www.cross-media-redaktion.de)

**Bildcredits: Cover:** Joachim Negwer;  
**Inhalt:** Udo Bernhart, Dietmar Denger,  
Oliver Raatz (2); **Fotostrecke:** Christoph  
Düpper, Shutterstock/Susanne Elsig-  
Lohmann, Joachim Negwer (2), Ermano  
Wagner (2); **Galerie:** Tourismus Marke-  
ting GmbH Baden-Württemberg/Achim

Mende, Freilichtmuseum Beuren/Gerhard  
Einsele, Experimenta/@ernestomartens,  
Outdoorbyalex Photography/Alexander  
Ratzing, Oliver Raatz, Europa-Park,  
territory Gütersloh/Jörg Sängler, Thomas  
Beyrer, Tourismus Marketing GmbH  
Baden-Württemberg/trickytine/ Christine  
Garcia Urbina; **Dorferurlaub im Schwarz-  
wald:** Oliver Raatz (6), Shutterstock/  
Arthur Palmer, Gemeinde Nordrach;  
**Spur der Steine:** Oliver Raatz (5);  
**Hochschwarzwald:** Hochschwarzwald  
Tourismus GmbH/Bildtechnik Spiegel-  
halter Bildagentur pixXit, Hochschwarz-  
wald Tourismus GmbH (2); **Pilgerwege:**  
Schwäbische Alb Tourismus/Thomas  
Rathay, Ferienregion Nördlicher Bodensee  
(2), Klaus Schmückle, Touristikge-  
meinschaft Hohenlohe e.V., Künzelsau/  
Andi Schmid, Fotolevel, Petra Boschert,  
SSG/Achim Mende; **Region Stuttgart/  
Neckarschiffahrt:** Udo Bernhart (5);  
**Schwäbische Alb/Ballonfahrt:** Dietmar  
Denger (4); **Bad Urach:** Bad Urach Tou-  
rismus; **Donaubergland:** Andreas Beck,  
Thomas Bichler; **Schwäbische Alb/  
Besinnungsweg:** Udo Bernhart (7),  
Anne Schübler; **Bäder Schwäbische**

**Alb:** AlbThermen Betriebsgesellschaft  
mbH/Fotograf Katja Röpke, Bad Blau,  
Tobias Fröhner/[www.tobias-froehner.com](http://www.tobias-froehner.com),  
Panorama Therme Euren; **Heilbäder/  
Bad Dürheim:** Oliver Raatz (8); **Kurorte:**  
winfriedheinze.de, BTT/Christoph Nertz,  
Kurverwaltung Bad Mergentheim,  
Mathias Osti, Region Stuttgart; **Well-  
ness:** iStockphoto/Mikhail Zykov, Katja  
Fouad Vollmer, HKM GmbH/Michael  
Ruder, Sebastian Unrau; **Campus Galli:**  
Udo Bernhart (6); **Oberschwaben-  
Allgäu:** Bad Buchau/Ingo Rack,  
Bad Saulgau/Ingo Rack, Kurverwaltung  
Bad Waldsee, Parkhotel Jordanbad,  
Schwaben-Therme Aulendorf; **Nachhaltig  
übernachten:** Europa-Park, Internationale  
Bodensee Tourismus GmbH/Silke Magino  
Fotografie, Jürgen Schmücking, Andrea  
Fabry ([www.foto-fabry.de](http://www.foto-fabry.de)), Green City  
Hotel Vauban, Ralph Koch; **Apfelhof:**  
Dietmar Denger (5); **Gartenparadiese:**  
Insel Mainau/Achim Mende, Insel Mainau/  
Marketing, Hohenloher Gartenparadies/  
Renate S. Deck, PLANORAMA  
Landschaftsarchitektur; **Bodensee:**  
Lisa Dünser Fotografie (2); **Nördliches  
Baden-Württemberg/Schafskäserei:**

Udo Bernhart (6); **Produkte mit Zeit:**  
Klaus Sohl, Gerhard Fetscher, Alb  
Safran, Rudolf Gmelin GmbH & Co. KG,  
Käsküche Isny GmbH & Co. KG, 2020  
Slow Brewing; **Urbane Entschleunigung/  
Auszeit in der City:** Shutterstock/  
canadastock, Stadtmarketing Mannheim,  
Baden-Baden Kur & Tourismus GmbH,  
KTG, Ulm/Neu-Ulm Touristik GmbH/  
Stadtarchiv Ulm, SMG/Jürgen Pollak,  
Heidelberg Marketing/Steffen Schmid,  
HMG, Markus Born Fotodesign;  
**Service:** Steffen Egly  
**Druck:** C. Maurer Druck und Verlag GmbH  
& Co. KG, Geislingen an der Steige



**Baden-Württemberg**

MINISTERIUM DER JUSTIZ UND FÜR EUROPA

Mit freundlicher Unterstützung des  
Ministeriums der Justiz und für Europa



# EUROPA PARK®

Zeit.Gemeinsam.Erleben.



2 PARKS. 1 ERLEBNIS-RESORT.



 **RULANTICA**

Die neue Wasserwelt  
des Europa-Park



**SVALGUROK**  
DEUTSCHLANDS  
GRÖSSTER OUTDOOR-  
WASSERSPIELPLATZ

**NEU**  
AB 2021



Tickets nur online buchbar  
[tickets.europapark.de](https://tickets.europapark.de)



© Mack  
INTERNATIONAL



Schon mal *unsere*  
**TAPAS**  
probiert?



Schnell und direkt Ihren Heimaturlaub buchen:  
**[hochschwarzwald.de/tapas](https://hochschwarzwald.de/tapas)**